

2025年

2月

輝ゆとり～な レクリエーション予定表

日	月	火	水	木	金	土
						1
						棒体操
2	3	4	5	6	7	8
自由活動	テーブル ホッケー	ことわざ かるた	節分	カラオケ	魚釣り	牛乳ジェンガ
9	10	11	12	13	14	15
自由活動	ダービーゲーム	棒体操	風船バレー	輪投げ	ボーリング	脳トレクイズ
16	17	18	19	20	21	22
自由活動	ゲートゴルフ	魚釣り	ボール体操	カレンダー作り		玉入れ
23	24	25	26	27	28	
自由活動	牛乳ジェンガ	ボーリング	輪投げ	ことわざ かるた	テーブル ホッケー	
<p>午前中：壁画作り、脳トレプリント、カレンダー塗り絵等の作業レク 昼食前：ラジオ体操、口腔体操 14時～：おじぎ・尻上げ体操（10の基本ケア）を取り入れた準備体操</p>						

ボランティアさんを募集しています。

担当：戸塚

踊り、演奏、マジックなどの発表・体操・花壇など外回りの除草

健康麻雀で対局などいつでもお気軽にお越し下さい。

