



2023年7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 	風船 バレー 	転倒予防 体操 	カラオケ 大会 	リズム 体操 	しりとり ゲーム 	塗り絵 
9	10	11	12	13	14	15
自由活動 	棒体操 	風船 バレー 	脳トレ 	転倒予防 体操 	リズム 体操 	おやつ作り 
16	17	18	19	20	21	22
自由活動 	自己紹介 ゲーム 	棒体操 	ぬり絵 	しりとり ゲーム 	リズム 体操 	ドライブ 
23	24	25	26	27	28	29
自由活動 	転倒予防 体操 	トランプ 	伝言ゲーム 	風船 バレー 	脳トレ 	棒体操 
30	31	昼食前：ラジオ体操、口腔体操 14時～：上下肢体操 以上を毎日行う				
自由活動 	体力測定					

ボランティアさんを募集しています。

担当：本田



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。

