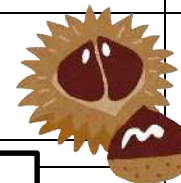
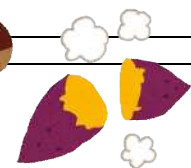




2023年11月

輝ゆとり～な レクリエーション予定表



日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			 棒体操	 体力測定	 トランプ	 塗り絵
5	6	7	8	9	10	11
自由活動 	リズム体操 	伝言ゲーム	カラオケ 	輪投げ 	自己紹介 ゲーム 	ドライブ 
12	13	14	15	16	17	18
自由活動 	脳トレ 	風船バレー	転倒予防 体操 	塗り絵 	転倒予防 体操 	おやつ作り 
19	20	21	22	23	24	25
自由活動 	棒体操 	しりとり ゲーム 	YouTube 鑑賞	トランプ 	脳トレ 	カラオケ 
26	27	28	29	30		
自由活動 	伝言ゲーム 	リズム体操				
		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				 



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。

