













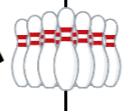












2024年

1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	5	6
	初詣	福笑い ゲーム 	福笑い ゲーム 	脳トレ 	体力測定 	カラオケ
7	8	9	10	11	12	13
自由活動	棒体操 	塗り絵 	トランプ 	風船バレー 	しりとり ゲーム 	輪投げ 
14	15	16	17	18	19	20
自由活動	 2月の壁画作り					ドライブ 
21	22	23	24	25	26	27
自由活動	伝言ゲーム 	ボーリング 	YouTube 鑑賞 	転倒予防 体操 	風船バレー 	お菓子作り 
28	29	30	31	  		
自由活動	リズム体操 	自己紹介 ゲーム 	脳トレ 			
		<p>昼食前：ラジオ体操、口腔体操</p> <p>14時～：上下肢体操</p> <p style="text-align: right;">以上を毎日行う</p>				

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。

