

令和4年10月予定表

東四つ木在宅サービスセンター

日	月 31	火	水	木	金	土 1
午前	小グループ タオル体操					レクリエーション 小グループ タオル体操
午後	ゆらしちこ玉入れ 筋力体操 小物づくり 介護美容					壁面創作 転倒予防体操 絵手紙
	3	4	5	6	7	8
午前	レクリエーション 小グループ 口腔体操	小グループ 口腔体操	小グループ 脳トレリズム体操	小グループ 脳トレリズム体操 華道		→
午後	壁面創作 転倒予防体操 小物づくり	音楽 転倒予防体操 陶芸	フルーシートでパタパタ 転倒予防体操 陶芸	フルーシートでパタパタ 転倒予防体操 小物づくり		
	10	11	12	13	14	15
午前	レクリエーション 小グループ ペットボトル体操 華道	小グループ ペットボトル体操	小グループ 音楽体操	小グループ 音楽体操	小グループ タオル体操 華道	小グループ タオル体操
午後	壁面創作 失禁予防体操 小物づくり	クリスマス創作 失禁予防体操 10月の書道	紙芝居 失禁予防体操 小物づくり	ハーモニカで歌おう 失禁予防体操 ぬり絵	音楽 失禁予防体操 小物づくり	風船ゲーム 失禁予防体操 10月の書道
	17	18	19	20	21	22
午前	レクリエーション 小グループ にぎにぎ体操 華道	小グループ にぎにぎ体操	小グループ 口腔体操	小グループ 口腔体操	小グループ ゴム体操	小グループ ゴム体操
午後	クリスマス創作 筋力体操 ちぎり絵	ハーモニカで歌おう 筋力体操 小物づくり	音楽 筋力体操 小物づくり	風船ゲーム 筋力体操 絵手紙	おしゃれリハ 筋力体操 かつしか大人のアートフェア見学	お茶会 筋力体操
	24	25	26	27	28	29
午前	レクリエーション 小グループ 手洗い講習会	小グループ 手洗い講習会	小グループ ペットボトル体操	小グループ ペットボトル体操	小グループ 脳トレリズム体操 絵手紙	小グループ 脳トレリズム体操
午後	フルーシートでパタパタ 姿勢改善体操 小物づくり	フルーシートでパタパタ 姿勢改善体操 小物づくり	ゆらしちこ玉入れ 姿勢改善体操 絵手紙	ゆらしちこ玉入れ 姿勢改善体操 小物づくり	クリスマス創作 姿勢改善体操 小物づくり	ハーモニカで歌おう 姿勢改善体操 小物づくり
	レクリエーション					

運動会

10月7日（金）・8日（土）の2日間
体を動かし心身ともに皆さんでリフレッシュしましょう！
楽しい競技・種目をご用意していますのでおたのしみに！！

かつしか大人のアートフェア

センターの皆さん的作品が展示されます。
日 時：10月21日（金）～23日（日）午前10時～午後4時
場 所：かつしかシンフォニーヒルズ2階

