

令和7年12月 予定表

東四つ木在宅サービスセンター

日	月	火	水	木	金	土
午前	1	2	3	4	5	6
	レクリエーション					
	タオル体操	ゴム体操	口腔体操	ペットボトル体操	にぎにぎ体操	脳トレ体操
午後	小グループ 姿勢改善体操 12月の書道	小グループ 姿勢改善体操 小物作り	小グループ 姿勢改善体操 小物作り	小グループ 姿勢改善体操 小物作り	小グループ 姿勢改善体操 絵手紙	小グループ 姿勢改善体操 絵手紙
	レクリエーション					
午前	8	9	10	11	12	13
	レクリエーション					
	ゴム体操	脳トレ体操	タオル体操	音楽体操	ペットボトル体操	にぎにぎ体操
午後	小グループ 筋力体操 新聞ちぎり絵	音楽 筋力体操 ハンドベル	小グループ 筋力体操 小物作り	小グループ 筋力体操 12月の書道	小グループ 筋力体操 調理リハ	小グループ 筋力体操 調理リハ
	レクリエーション					
午前	15	16	17	18	19	20
	レクリエーション					
午後	忘年会 		ペットボトル体操	にぎにぎ体操	笑いヨガ	口腔体操
			小グループ 転倒予防体操 絵手紙	小グループ 転倒予防体操 絵手紙	音楽 転倒予防体操 新聞ちぎり絵	小グループ 転倒予防体操 小物作り
	レクリエーション					
午前	22	23	24	25	26	27
	レクリエーション					
	音楽体操 華道	にぎにぎ体操 華道	脳トレ体操	口腔体操 華道	ゴム体操 華道	タオル体操
午後	小グループ 失禁予防体操 12月の書道	小グループ 失禁予防体操 陶芸	小グループ 失禁予防体操 12月の書道	小グループ 失禁予防体操 小物作り	映画鑑賞	小グループ 今年最後締めめの体操 小物作り
	レクリエーション					
						
忘年会 15日（月）、16日（火） 今年を締めくくる行事です。 皆さんで楽しい時間を過ごしましょう。				年末年始のお知らせ 12月29日（月）～1月3日（土）は お休みをさせていただきます。 新年は1月5日（月）から通常通りです。 皆様のお越しをお待ちしております。		