

令和8年5月予定表

東四つ木在宅サービスセンター

	月	火	水	木	金	土
					1	2
午前					レクリエーション	レクリエーション
午後					レクリエーション	レクリエーション
	4	5	6	7	8	9
午前	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション
午後	小グループ 口腔体操	小グループ 脳トレ体操	小グループ ゴム体操	カラオケ 口腔体操 華道	小グループ ゴム体操	小グループ にぎにぎ体操
	11	12	13	14	15	16
午前	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション
午後	小グループ 失禁予防体操 書道	小グループ 失禁予防体操 書道	小グループ 失禁予防体操 花・染め	小グループ 失禁予防体操 映画鑑賞	小グループ 失禁予防体操 新聞ちぎり絵	小グループ 失禁予防体操 陶芸(塗り)
	18	19	20	21	22	23
午前	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション
午後	小グループ 姿勢改善体操 小物づくり	小グループ 姿勢改善体操 陶芸(塗り)	小グループ 姿勢改善体操 陶芸(塗り)	小グループ 姿勢改善体操 小物づくり	小グループ 姿勢改善体操 小物づくり	小グループ 姿勢改善体操
	25	26	27	28	29	30
午前	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション
午後	小グループ 転倒予防体操 ルミナスジオメトリー	小グループ 転倒予防体操 園芸	小グループ 転倒予防体操	小グループ 転倒予防体操 花・染め	小グループ 転倒予防体操 花・染め	小グループ 転倒予防体操

暦の上では夏を迎え、さわやかな風が心地よい季節になりました。
十分な睡眠とこまめな水分補給で、早目の熱中症対策を心掛けてください。

Happy
Mother's day