


令和5年11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
日			1	2	3	4
午前	レクリエーション					
午後			にぎにぎ体操	タオル体操	脳トレ体操	脳トレ体操
午後			楽器でリズム 転倒予防体操 小物作り	華道 介護美容 転倒予防体操 ぬりえ	クリスマスリース作り 転倒予防体操 小物作り	クリスマスリース作り 転倒予防体操 小物作り
午前	6	7	8	9	10	11
午前	レクリエーション					
午後	口腔体操	ゴム体操	口腔体操	音楽体操	作品展 にぎにぎ体操	音楽体操
午後	ハーモニカで歌おう 姿勢改善体操 ちぎり絵	パタパタゲーム 姿勢改善体操 小物作り	音楽 姿勢改善体操 ツリー作り	介護美容 姿勢改善体操 ツリー作り	バランスゲーム 姿勢改善体操 ツリー作り	バランスゲーム 姿勢改善体操 絵手紙
午前	13	14	15	16	17	18
午前	レクリエーション					
午後	音楽体操	音楽体操 華道	ペットボトル体操	作品展 ゴム体操	口腔体操	口腔体操
午後	ピンポンゲーム 失禁予防体操 11月の書道	ピンポンゲーム 失禁予防体操 11月の書道	パタパタゲーム 失禁予防体操 ハンドベル練習	介護美容 失禁予防体操 絵手紙	音楽 失禁予防体操 小物作り	ハーモニカで歌おう 失禁予防体操 小物作り
午前	20	21	22	23	24	25
午前	レクリエーション					
午後	タオル体操 華道 玉入れ 筋力体操 小物作り	口腔体操	脳トレ体操	脳トレ体操	ゴム体操 華道	ペットボトル体操
午後	秋を楽しもう 転倒予防体操 小物作り	音楽 筋力体操 小物作り	太鼓を叩こう 筋力体操 絵手紙	介護美容 筋力体操 小物作り	皆でコーラス 筋力体操 陶芸	秋を楽しもう 筋力体操 陶芸
午前	27	28	29	30		
午前	レクリエーション					
午後	脳トレ体操	脳トレ体操	口腔体操	にぎにぎ体操		
午後	秋を楽しもう 転倒予防体操 小物作り	映画鑑賞会 転倒予防体操 小物作り	ハーモニカで歌おう 転倒予防体操 小物作り	介護美容 転倒予防体操 小物作り		



作品展

作品展のお知らせ
 10日(金)～16日(木)10時～17時
 (最終日は15時まで)
 12日(日)も開催します(9時～12時ま



作品展