

令和5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					レクリエーション 小グループ ペットボトル体操	小グループ ゴム体操
午後					年賀状作り 筋力体操 小物作り	年賀状作り 筋力体操 絵手紙
	4	5	6	7	8	9
午前	レクリエーション 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 脳トレ体操	小グループ 脳トレ体操	小グループ 口腔体操	小グループ タオル体操
午後	年賀状作り 転倒予防体操 小物作り	音楽 転倒予防体操 12月の書道	バランスゲーム 転倒予防体操 陶芸	介護美容 転倒予防体操 ぬり絵	音楽 転倒予防体操 調理リハ	ハーモニカで歌おう 転倒予防体操 12月の書道
	11	12	13	14	15	16
午前	レクリエーション 小グループ 音楽体操	小グループ 音楽体操	 忘年会	 忘年会	小グループ 脳トレ体操	小グループ 脳トレ体操
午後	楽器でリズム 姿勢改善体操 調理リハ	バランスゲーム 姿勢改善体操 調理リハ	 Happy Christmas!		壁面飾り作り 姿勢改善体操 絵手紙	壁面飾り作り 姿勢改善体操 小物作り
	18	19	20	21	22	23
午前	レクリエーション 小グループ 脳トレ体操	小グループ 脳トレ体操	小グループ ゴム体操	小グループ ペットボトル体操	小グループ タオル体操	小グループ にぎにぎ体操
午後	壁面飾り作り 失禁予防体操 ちぎり絵	ハーモニカで歌おう 失禁予防体操 小物作り	お話会 失禁予防体操 絵手紙	華道 介護美容 失禁予防体操 絵手紙	華道 クリスマスを楽しもう 失禁予防体操 小物作り	クリスマスを楽しもう 失禁予防体操 小物作り
	25	26	27	28		
午前	レクリエーション 小グループ ゴム体操	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 音楽体操		
午後	華道 クリスマスコンサート 筋力体操 小物作り	華道 パタパタゲーム 筋力体操 小物作り	ハーモニカで歌おう 筋力体操 小物作り	年末お楽しみ会 締め体操 小物作り		

忘年会

13日(水)～14日(木)
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(金)～1月3日(水)はお休みさせていただきます。
新年は1月4日(木)から通常通りです。
皆様のお越しをお待ちしております。