



# 月間カレンダー



11月

今月ご利用頂きありがとうございます

秋深まりましたが、恒例の紅葉見物にはもうお出かけになりましたか

日増しに寒さが加わって参りましたが体調管理に気をつけてお過ごしください

日	月	火	水	木	金	土
				1日 全身体操 カラオケ	2日 肩こり体操 ビンゴ	3日 二の腕体操 射的
4日 腰体操 脳トレ	5日 指先体操 散歩	6日 太もも体操 輪投げ	7日 足先体操 ボール蹴り	8日 首体操 スリッパ飛ばし	9日 猫背体操 玉入れ	10日 棒体操 魚釣り
11日 歩行体操 文字並べ	12日 お尻体操 数字当て	13日 全身体操 風船バレー	14日 肩こり体操 誕生日会	15日 二の腕体操 玉入れ	16日 腰体操 カラオケ	17日 指先体操 ビンゴゲーム
18日 太もも体操 射的	19日 首体操 脳トレ	20日 猫背体操 散歩	21日 棒体操 輪投げ	22日 歩行体操 ボール蹴り	23日 お尻体操 芋煮会	24日 全身体操 スリッパ飛ばし
25日 肩こり体操 玉入れ	26日 二の腕体操 ボール蹴り	27日 腰体操 カレンダー作り	28日 指先体操 カレンダー作り	29日 太もも体操 カレンダー作り	30日 首体操 カレンダー作り	

※ 都合により、予定・内容が変更になる場合がございますので、ご了承下さい。

## イベントのご案内

ホグレルや体操など身体を動かすレクリエーションから食を楽しむイベントまで、楽しく充実した時間を過ごして頂けます

## 10月14日 さんま祭り



11月17日

誕生日会

11月23日

芋煮会



お天気が良かったら外でサンマを召し上がっていただく予定でしたが、時折り大粒の雨が降ったりと肌寒かったこともあり、利用者の皆様には館内で召し上げて頂きました。  
炭火で焼いたさんまは 身がふっくらとしてとても美味しかった♡とお声をいただきました。

10月は8名の方がお誕生日でした☆

