

# 10月

## 令和元年10月 ふじみ第1デイサービスセンター予定表

- |                     |                 |
|---------------------|-----------------|
| 1 (火) ホッケーサッカー      | 16 (水) 運動会      |
| 2 (水) 棒体操           | 17 (木) 手作りの日    |
| 3 (木) 書道            | 18 (金) 手作りの日    |
| 4 (金) 書道            | 19 (土) 手作りの日    |
| 5 (土) 書道            | 20 (日) 休館日      |
| 6 (日) 休館日           | 21 (月) リズム体操    |
| 7 (月) お楽しみデイ・カラオケ大会 | 22 (火) お手玉カーリング |
| 8 (火) お楽しみデイ・カラオケ大会 | 23 (水) 輪投げ      |
| 9 (水) お楽しみデイ・カラオケ大会 | 24 (木) 足で絵合わせ   |
| 10 (木) ドミノ倒し        | 25 (金) 誕生祝      |
| 11 (金) 皆で体を動かす      | 26 (土) 誕生祝      |
| 12 (土) カップリレー       | 27 (日) 休館日      |
| 13 (日) 休館日          | 28 (月) 誕生祝      |
| 14 (月) 運動会          | 29 (火) 誕生祝      |
| 15 (火) 運動会          | 30 (水) 誕生祝      |
|                     | 31 (木) 誕生祝      |



※月初めには、体重測定を行います。

※予定表に記載されているプログラムは、当日、主に行うプログラムで、センターでは他のプログラムも、用意しております。

※手作りの日は、皆さんと「🍁秋の実りのグラタン🍁」を作る予定となっております。どうぞ、出来立ての味をお楽しみください。

※プログラムは変更になる場合があります。

※毎日午後のプログラム前に下肢筋力の維持・向上を目的とした『スタンディングリハビリテーション』を実施しております。

