



# 2024年11月レクカレンダー

今月の目標：体を動かしましょう



日	月	火	水	木	金	土
ラジオ体操 毎日 9:45～ 4Fレストランにて ふるってご参加ください!		芸術の秋 	★文化祭★ 11月1日～11月7日 3F多目的室	1 ミニバスハイク 頭の体操		2 カラオケ
3 お誕生日会 	4 散歩・外気浴 理美容	5 ミニバスハイク 棒体操	6 習字 	7 ミニバスハイク エステサロン	8 ボーリング 	9 オカリナ演奏会 
10 ボール投げ 	11 活花 	12 頭の体操 	13 音楽療法 	14 YouTube体操 	15 棒体操 	16 とくし丸 (移動スーパー) 
17 健康診断 	18 散歩・外気浴 理美容	19 ちくちくサークル ☆	20 ボーリング	21 頭の体操 	22 カラオケ	23 唐ちゃんの トランペット ☆ 
24 秋のガーデニング ☆ 	25 活花 	26 めい絵 	27 音楽療法 	28 ボール投げ	29 映画鑑賞	30 YouTube体操 ☆ 

☆その他の予定は以下のとおりです☆

☆ 11月生まれご入居者様 5名

入浴  
女性：月・木曜日  
水・土曜日  
男性：火・金曜日

買物代行  
聞き取り：火・水曜日  
お届け：翌週月曜日

有料訪問理美容  
第1・3月曜日



みかん狩りに行きます  
※順次お声掛けいたします