



# サニーステージ深大寺 レクリエーションカレンダー



日	月	火	水	木	金	土
					1 リズム体操	2 太極拳
					健康麻雀&爪切り	お散歩
3 イス体操	4 歌体操	5 リズム体操	6 音楽体操	7 内科 TV体操	8 リズム体操	9 太極拳
お散歩	カラオケ	ムキムキ体操	※ちぎり絵	ネイル	健康麻雀&塗り絵	※ポーセラーツ
10 イス体操	11 歌体操	12 リズム体操	13 音楽体操	14 内科 TV体操	15 リズム体操	16 太極拳
※サニーカフェ	お散歩	※フラワーセラピー	※臨床美術	※ドントト脳トレ	健康麻雀&爪切り	お散歩
17 イス体操	18 歌体操	19 リズム体操	20 理美容 音楽体操	21 内科 TV体操	22 リズム体操	23 太極拳
※歌声喫茶	お散歩	フォークソング	※ちぎり絵	脳トレ	健康麻雀&塗り絵	※臨床美術
24 イス体操	25 歌体操	26 理美容 リズム体操	27 パン屋さん 音楽体操	28 内科 音楽体操	29 リズム体操	30 太極拳
誕生会	カレンダー作り	※フラワーセラピー	※臨床美術	お楽しみレク	健康麻雀&爪切り	カラオケ

## 【レク開始時間】

☆お天気の良い日は随時散歩にお出かけします。

9時～脳トレ&塗り絵

10時30分～各種体操

14時～各種レクリエーション

16時～映画鑑賞&お散歩&リハビリ体操



11月の予定

紅葉を楽しんでいただきたく  
今月はドライブを計画しています！  
秋を楽しんでくださいね。