

サニーステージ星川 11月 レクリエーションカレンダー

日	月 入浴	火 入浴	水 入浴	木 入浴	金 入浴	土 入浴
					1 ボールDE体操	2 スリッパ飛ばし
3 文化の日 秋のお茶会	4 室内ゴルフ	5 スクラッチアート	6 イスで体操	7 テーブルゲーム	8 理美容 ちぎり絵	9 フラワー アレンジメント
10 はまちゃんの いきいき体操	11 塗り絵	12 イスで カーリング	13 横ちゃんの 貯筋体操	14 風船バレー	15 ピンポン玉 カップイン	16 園芸
17 カラオケ	18 リズム体操	19 工作①	20 横ちゃんの 貯筋体操	21 輪投げ	22 ちぎり絵	23 勤労感謝の日 映画鑑賞
24 はまちゃんの いきいき体操	25 理美容 工作②	26 的当て	27 横ちゃんの 貯筋体操	28 脳トレプリント	29 クリスマス 飾りつけ	30 風船バレー

嚙下体操 (11時 55分)

顔の筋肉を柔らかくし 飲込みを良くする体操

今月のエステサロンはお休み

第1土曜日 12時30分～14時 移動販売かなやさ

イベントのお知らせ

11月3日(日) 秋のお茶会

