



# 2024年7月レクカレンダー



今月の目標:水分補給をし、暑さに負けない体力づくりをしましょう

日	月	火	水	木	金	土
	1 漢字レク	2 ☆ エアロビ	3 七夕飾り	4 棒体操	5 音楽療法	6 ☆ 絵手紙ボラ
7 特別食 お楽しみレク (七夕飾り)	8 漢字レク	9 訪問販売 (パン) (元気パン)	10 ハンドメイド (押し花)	11 活花	12 ☆ 吉田塾	13 とくし丸 唐ちゃん トランペット
14 ヨガボラ	15 漢字レク	16 ☆ エアロビ	17 ☆ 習字ボラ	18 嚙下体操	19 音楽療法	20 町内お神輿 (お楽しみレク)
21 シャンソン コンサート	22 漢字レク	23 カラオケ	24 特別食 DVD体操	25 活花	26 脳トレ	27 ゲーム (フライングディスク)
28 お誕生日会 外気浴	29 吉田塾	30 ぬり絵 (カレンダー)	31 旅介	9:45より4階でラジオ体操を 行います。ぜひご参加ください!		

☆その他の予定は以下のとおりです☆

☆7月生まれのご入居者様 5名

**入浴**  
 男性:月・木 午後 / 火・金 午後  
 女性:月・木 午前 / 火・金 午前  
 特浴:水・土 午前・午後

**買い物代行**  
 聞き取り 金曜日  
 お届け 水曜日

**有料訪問理美容**  
 理容:7/2  
 美容:7/18

※女性の顔そり  
 希望の方は7/2  
 理容日に行います

**レクリエーション**  
 14:00~15:00  
 介護付有料老人ホーム  
 グニステジ野比海