

10月の予定

庄の里デイサービスセンター



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----------------|-----------------|----------------|----------------|-----------------|----------------------|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| | | | ヨガ教室 カラオケ | 音楽レク カラオケ | ネイルアート ゲームレク | ネイルアート ゲームレク |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| | 文化展制作 ゲームレク | ストレッチ教室 カラオケ | お茶会 ゲームレク | ビンゴ大会 | 運動会 | 文化展制作 ゲームレク |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| | 健康体操教室 | 絵手紙 ゲームレク | 文化展制作 ゲームレク | ボランティア 鑑賞 | 足湯 ゲームレク | お茶会 ゲームレク カラオケ |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| | 音楽レク カラオケ | 足湯 ゲームレク | パンケーキ会 | 文化展制作 ゲームレク | ボランティア 鑑賞 | 絵手紙 ゲームレク |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | |
| | 生け花 ゲームレク | 生け花 ゲームレク | 生け花 ゲームレク | おやつ作り ゲームレク | リラックス体操 カラオケ | |

5日 國府 貞子 様 21日 能勢 朝江 様
15日 犬飼 妙子 様 24日 水瀬 俊子 様
20日 佐藤 正 様 30日 則武 睦子 様

10月10日は「転倒予防の日」です。転倒事故の約半数が住み慣れた自宅で発生しているのをご存知ですか？自宅で転倒しないためには、まずは家を整理整頓し、明るく滑りにくい環境を整える事が大切です。床に乱雑に置かれた物や、カーペットの縁、電気コードも危険ですよ!! 履物は脱げやすいスリッパや、滑りやすい靴下よりも、踵のあるルームシューズがお勧めです。この機会に一度、住み慣れた我が家をチェックしてみたいはいかがでしょうか☆彡

当日行事予定を変更する場合がございますので、ご了承下さい。