

～プログラム～

【2023年 3月】

ファミリーイン堀之内デイサービスセンター

		日	月	火	水	木	金	土
第一週	午前				1 日	2 日	3 日	4 日
	午後				健康チェック 日替わり いきいき体操 嚙下体操 ひなまつり 遙かなる 八王子の歴史 おたのしみレク	健康チェック 日替わり いきいき体操 嚙下体操 ひなまつり 神林先生の体操を 楽しもう！ おたのしみレク	健康チェック 日替わり いきいき体操 嚙下体操 ひなまつり 落語を楽しもう おたのしみレク	健康チェック 日替わり いきいき体操 嚙下体操 テレビ体操 堀之内映画館 『大落語名人会』 おたのしみレク
第二週	午前	5 日	6 日	7 日	8 日	9 日	10 日	11 日
	午後		健康チェック 日替わり いきいき体操 嚙下体操 テレビ体操 堀之内映画館 『大落語名人会』 おたのしみレク	健康チェック 山口の体操 嚙下体操 テレビ体操 山口の手工艺 おたのしみレク	健康チェック 日替わり いきいき体操 嚙下体操 テレビ体操 みんなで歌おう おたのしみレク	健康チェック 日替わり いきいき体操 嚙下体操 テレビ体操 書道／ぬり絵 おたのしみレク	健康チェック 日替わり いきいき体操 嚙下体操 テレビ体操 みんなで歌おう おたのしみレク	健康チェック 日替わり いきいき体操 嚙下体操 テレビ体操 みんなの脳トレ おたのしみレク
第三週	午前	12 日	13 日	14 日	15 日	16 日	17 日	18 日
	午後		健康チェック 山口の体操 嚙下体操 テレビ体操 山口の手工艺 おたのしみレク	健康チェック 日替わり いきいき体操 嚙下体操 テレビ体操 書道／ぬり絵 おたのしみレク	健康チェック 日替わり いきいき体操 嚙下体操 テレビ体操 書道／ぬり絵 おたのしみレク	健康チェック 日替わり いきいき体操 嚙下体操 テレビ体操 みんなで歌おう おたのしみレク	健康チェック 富田の体操 嚙下体操 テレビ体操 富田のレク おたのしみレク	健康チェック 日替わり いきいき体操 嚙下体操 テレビ体操 堀之内映画館 『上を向いて歩こう』 おたのしみレク
第四週	午前	20 日	20 日	21 日	22 日	23 日	24 日	25 日
	午後		健康チェック 日替わり いきいき体操 嚙下体操 テレビ体操 誕生会 おたのしみレク	健康チェック 日替わり いきいき体操 嚙下体操 テレビ体操 堀之内映画館 『二人の銀座』 おたのしみレク	健康チェック 日替わり いきいき体操 嚙下体操 テレビ体操 みんなの脳トレ おたのしみレク	健康チェック 山口の体操 嚙下体操 テレビ体操 山口の手工艺 おたのしみレク	健康チェック 日替わり いきいき体操 嚙下体操 テレビ体操 書道／ぬり絵 おたのしみレク	健康チェック 日替わり いきいき体操 嚙下体操 テレビ体操 みんなで歌おう おたのしみレク
第五週	午前	26 日	27 日	28 日	29 日	30 日	31 日	
	午後		健康チェック 富田の体操 嚙下体操 テレビ体操 富田のレク おたのしみレク	健康チェック 日替わり いきいき体操 嚙下体操 テレビ体操 みんなの脳トレ おたのしみレク	健康チェック 日替わり いきいき体操 嚙下体操 テレビ体操 カレンダー作り おたのしみレク	健康チェック 日替わり いきいき体操 嚙下体操 テレビ体操 カレンダー作り おたのしみレク	健康チェック 日替わり いきいき体操 嚙下体操 テレビ体操 堀之内映画館 『銀座の恋の物語』 おたのしみレク	

— 今月の予定 —

- ☆ 20日は誕生日会を行います。
- ☆ 1日・2日・3日はひなまつりを行います。
- ☆ 4日・6日・18日・21日・31日は映画鑑賞を行います。

※随時、看護師による健康相談を行います。

おたのしみレクは15時30分より行います。
カラオケやゲームいろいろ用意してます。

