



【2026年 6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	5日	6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 みんなでビンゴ ご歓談タイム	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 大栗川 縄文クラブ ご歓談タイム	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 ご歓談タイム	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 カフェ・テレビ体操 フレイル予防体操 ご歓談タイム	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 ポッチャを楽しもう ご歓談タイム	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 ご歓談タイム					
第二週	午前			7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日			
	午後			健康チェック 日替わり いきいき体操 嚙下体操 カフェ・テレビ体操 みんなで歌おう ご歓談タイム	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 ご歓談タイム	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 山口の手工芸 ご歓談タイム	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 ポッチャを楽しもう ご歓談タイム	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 ご歓談タイム	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 ご歓談タイム				
第三週	午前				14日	15日	16日	17日	18日	19日	20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 書道/ぬり絵 ご歓談タイム	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 体操レク オンラインコンサート ご歓談タイム	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 父の日会 ご歓談タイム	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 みんなでスポーツ (テーブルホッケー) ご歓談タイム	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 ふれあい歌謡ショー ご歓談タイム	健康チェック 日替わり いきいき体操 嚙下体操 カフェ・テレビ体操 みんなでビンゴ ご歓談タイム			
第四週	午前					21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日	
	午後					健康チェック 山口の体操 嚙下体操 テレビ体操 ポッチャを楽しもう ご歓談タイム	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 マンドリン演奏 ご歓談タイム	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 ご歓談タイム	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 みんなでビンゴ 保育園交流会 ご歓談タイム	健康チェック 山口の体操 嚙下体操 テレビ体操 山口の手工芸 ご歓談タイム	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 ご歓談タイム		
第五週	午前						28日	29日	30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 カレンダー作り ご歓談タイム	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 カフェ・テレビ体操 体操レク ご歓談タイム	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 ご歓談タイム				

— 今月の予定 —

- ☆9日は『誕生会』を行います。
- ☆8日・20日・30日は映画鑑賞を行います。
- ☆17日は『父の日会』を行います。
- ☆2日・4日・19日・23日は臨時イベントが盛りだくさん！

※随時、看護師による健康相談を行います。



引き続き、手洗い、うがい、  
こまめな水分補給をおねがいします。

\* 都合により予定を変更することがあります。