

☆10月のプログラム☆

つがる(日常生活支援機能コース)

日中の生活支援を行うコースです。利用する方が心身ともに充実した毎日を送られるようサポートします。

今月の目標

- ・季節の変わり目で寒暖差が著しいです。風邪を引いたり、アレルギーを起こしやすいので、衣類の調節などで体調管理をしましょう。
- ・味覚の秋です。体重が増えやすいので、食べる量と時間に注意しましょう。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	1 ・今日の一品 午前 ・クラフト 午後 ・自主活動 ・みちのく	2 ・自主活動	3 ・コラージュ 午前 ・自主活動 午後 ・クラフト ・HOP	4 ・スポーツ 午前 ・クラフト 午後 ・自主活動 ・企画会議
7 ・ゲートボール 午前 ・自主活動 午後 ・自主活動 ・習字 ・フワアレンジメント	8 ・今日の一品 午前 ・クラフト 午後 ・自主活動 ・仕事のABC	9 ・全体会 午前 午後 ・ペン習字 ・グループクラフト	10 ・コラージュ 午前 ・自主活動 午後 ・クラフト ・HOP	11 ・スポーツ 午前 ・クラフト 午後 ・健康ストレッチ
14 体育の日	15 ・今日の一品 午前 ・クラフト 午後 ・自主活動 ・みちのく	16 ・軽スポーツ 午前 ・自主活動 午後 ・ペン習字 ・グループクラフト	17 ・コラージュ 午前 ・自主活動 午後 ・クラフト ・HOP	18 秋のバス遠足 残る方…自主活動
21 ・ゲートボール 午前 ・自主活動 午後 ・自主活動 ・習字 ・フワアレンジメント	22 即位礼正殿の儀	23 ・軽スポーツ 午前 ・自主活動 午後 ・ペン習字 ・四季彩	24 ・コラージュ 午前 ・自主活動 午後 ・クラフト ・HOP	25 ・スポーツ 午前 ・クラフト 午後 ・健康ストレッチ
28 ・ゲートボール 午前 ・自主活動 午後 ・自主活動 ・習字 ・フワアレンジメント	29 ・今日の一品 午前 ・クラフト 午後 ・自主活動 ・みちのく	30 ・軽スポーツ 午前 ・自主活動 午後 ・ペン習字 ・グループクラフト	31 ・コラージュ 午前 ・自主活動 午後 ・自主活動 ・みんなの談話室	