

平成30年10月の予定 あおぞらライフデイサービス(介護・介護予防・認知対応)

10月は1日の中で気温の差が7度以上あることも珍しくありません。寒暖差アレルギーに注意を。  
 栄養改善 きのに含まれているベータグルカンという多糖類は、免疫力をUPさせ、ウィルスへの抵抗力を高める効果があります。

	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
午前	お休み	個別機能測定	個別機能測定	個別機能測定	個別機能測定	個別機能測定	個別機能測定
午後		シニアヨガ教室	すてっぴくらぶ陶芸教室	すてっぴくらぶ折り紙教室	カワイ体操教室	カワイ音楽教室	カワイ体操教室
	7	8	9	10	11	12	13
午前	誠に勝手ながら あおぞらライフデイサービスは 10月7日(日) 10月8日(月)を お休みさせていただきます	運動機能向上プログラム	カワイ音楽教室	秋の大運動会	運動機能向上プログラム	運動機能向上プログラム	有徳みか エレクトーン コンサート
午後			運動機能向上プログラム		カラオケ	すてっぴくらぶちぎり絵教室	運動機能向上プログラム
	14	15	16	17	18	19	20
午前	お休み	運動機能向上プログラム	カワイ体操教室	脳活性プログラム	高田真子カラオケ教室	運動機能向上プログラム	運動機能向上プログラム
午後		すてっぴくらぶ書道教室	すてっぴくらぶ書道教室	シニアヨガ教室	運動機能向上プログラム	フラダンス	すてっぴくらぶ大正琴教室
	21	22	23	24	25	26	27
午前	お休み	脳活性プログラム	運動機能向上プログラム	カワイ音楽教室	運動機能向上プログラム	カワイ音楽教室	運動機能向上プログラム
午後		カワイリハビリ音楽体操教室	すてっぴくらぶ水彩画教室	すてっぴくらぶハーモニカ教室	すてっぴくらぶ手芸教室	すてっぴくらぶ華道教室	からくりBOX & 正次郎
	28	29	30	31	★ショートステイからのお知らせ★		
午前	お休み	脳活性プログラム	運動機能向上プログラム	カワイ体操教室	だいぶ涼しくなってきました。秋の気配が徐々に色濃くなってくる頃かと思えます。日中と夜間の寒暖差がまだありますので、エアコンや羽織り物で体温調整をして、体調の変化を少なくしていけるようにしましょう。涼しくなってきたので、外出等も検討していけたらと考えています。		
午後		カワイ体操教室	笑いヨガ教室	脳活性プログラム			

すてっぴクラブ(カルチャークラブ) ~外部講師による教室~のご案内					
*陶芸	第1火曜日	*水彩画	第4火曜日	*カラオケ教室	偶数月第3木曜日 歌手 高田真子
*折り紙	第1水曜日	*笑いヨガ	月1回/不定期	*カラオケ教室	奇数月第3木曜日 作曲家 田口徳男
*ちぎり絵	第2金曜日	*華道	第4金曜日	*カワイ体操	月5回(不定期) 中野みよ子講師
*書道	第3月・火曜日	大正琴	第3土曜日	*カワイ音楽	月4回(不定期) 松本・水野講師
*手芸	第4月・木曜日	ハーモニカ	第4水曜日	*リハビリ音楽体操	第4月曜日 仲野・佐藤講師
				*シニアヨガ	第1月・第2水曜日 大塚ゆかり講師

\* 別途(材料費を含む)参加費がかかります。