

令和元年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)

《今月の一言》人生において最も大切な時、それはいつでも“いま”です。-相田みつを-
 《栄養改善》きのこ類に多く含まれるビタミンB群は、糖質をエネルギーに変える作用があるほか、疲労回復効果があるため、夏バテの解消に効果があります。

	日	月	火	水	木	金	土
	★ショートステイからのお知らせ★		1	2	3	4	5
午前	10月になり、暑さも一段落してくるかと思えます。食欲の秋と言いますが、食べ過ぎないように注意しましょう。朝と夜の気温差があるので、薄手の羽織り物等で体温調整をし、体調を整えていきましょう。		個別機能測定	個別機能測定	脳活性プログラム	カワイ音楽教室	運動機能向上プログラム
午後			すてっぷくらぶ陶芸教室	すてっぷくらぶ折り紙教室	カワイ体操教室	シニアヨガ教室	DFバンド
	6	7	8	9	10	11	12
午前	お休み	運動機能向上プログラム	運動機能向上プログラム	運動機能向上プログラム	あおぞらライフ秋の大運動会	運動機能向上プログラム	脳活性プログラム
午後		すてっぷくらぶ書道教室	すてっぷくらぶ書道教室	カワイ音楽教室		すてっぷくらぶちぎり絵教室	カワイ体操教室
	13	14	15	16	17	18	19
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13日(日)10月14日(月)をお休みさせていただきます		カワイ音楽教室	脳活性プログラム	高田真子カラオケ教室	個別機能測定	運動機能向上プログラム
午後			シニアヨガ教室	カワイ体操教室	運動機能向上プログラム	フラダンス	鈴木旭明筑前琵琶演奏会
	20	21	22	23	24	25	26
午前	お休み	運動機能向上プログラム	運動機能向上プログラム	運動機能向上プログラム	運動機能向上プログラム	運動機能向上プログラム	運動機能向上プログラム
午後		カワイ音楽教室	すてっぷくらぶ水彩画教室	ハーモニカ教室発表会	すてっぷくらぶ手芸教室	すてっぷくらぶ華道教室	認知機能低下予防教室
	27	28	29	30	31		
午前	お休み	脳活性プログラム	脳活性プログラム	運動機能向上プログラム	脳活性プログラム		
午後		カワイリハビリ音楽体操教室	カワイ体操教室	有徳みかエレクトーンコンサート	カワイ体操教室		

すてっぷクラブ(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	ハーモニカ	第4水曜日	*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			*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。