



5月活動予定表



今月の手作りおやつのは日は8日(月)・9(火)になっています。今月は何を作るのでしょうか?! 楽しみですね♪



22日
久々のチェアヨガになっています。ゆっくりと呼吸をしながら体を動かす事で、全身に血液が回るようになります。そうなんです!!



26日
茶話会になっていますので。お茶でも飲みながらノンビリ楽しくお話しをしてみたいと考えています。

	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
午前		レクリエーション	☆個別趣味活動	脳トレゲーム	書道/カラオケ	子供の日ゲーム	☆個別趣味活動
午後							
おやつ後							
	日	月	火	水	木	金	土
	7	8	9	10	11	12	13
午前		おやつ作り・カラオケ	おやつ作り・カラオケ	DVD鑑賞/カラオケ	脳トレゲーム	ギター演奏会	脳トレゲーム
午後							
おやつ後							
	日	月	火	水	木	金	土
	14	15	16	17	18	19	20
午前		脳トレゲーム	茶道	唱歌カルタ	DVD鑑賞/カラオケ	手品	☆個別趣味活動
午後							
おやつ後							
	日	月	火	水	木	金	土
	21	22	23	24	25	26	27
午前		チェアヨガ	DVD鑑賞/カラオケ	書道/カラオケ	★華道/カラオケ	茶話会/歌会	絵手紙
午後							
おやつ後							
	日	月	火	水	練馬文化センター前のつつじ公園につつじが咲き始めました。今月もつつじの花見にお出かけを予定しております。お楽しみにしてください。		
	28	29	30	31			
午前		レクリエーション	☆個別趣味活動	レクリエーション			
午後							
おやつ後							

【5月のお知らせ】

- * 午前の活動は毎日『頭の体操』『全身健康いきいき体操』です。いきいき体操の今月の目標は【洗濯動作の強化】です。
- * おやつ後は毎日『認知症予防体操』『今月の歌』です。毎週木曜日に『詩吟の会』と不定期で『音楽の会』がありますので参加お待ちしております。
- * ☆印が付いている活動は有料になります。事前にお申込み用紙を配布させていただきます。
- * 活動は変更になる事があります。ご了承ください。

