

# 令和6年 11月 高齢者デイケア コスモス会 月間プログラム

月

火

水

木

金



徐々に寒くなり、これからインフルエンザの流行が本格化します。  
感染対策に気をつけつつ、季節を感じられる活動を楽しみましょう！！

1日

リラクゼーション

4日	5日	6日	7日	8日
室内体操	創作活動	室内ゲーム	カラオケ	散歩
11日	12日	13日	14日	15日
創作活動	ビデオ鑑賞	音楽鑑賞	室内ゲーム	茶道 
18日	19日	20日	21日	22日
散歩	室内体操	カラオケ	焼き芋会 	リラクゼーション
25日	26日	27日	28日	29日
室内ゲーム	フラワーアレンジ 	創作活動	体力測定	ビデオ鑑賞