

令和7年 8月 高齢者デイケア つくしの会 月間プログラム

月	火	水	木	金
 <p>梅雨が明け、暑さも厳しくなってきました。 熱中症・脱水に気を付けて水分摂取を忘れず 毎日元気に過ごしましょう。</p> 				
				1日
				サーキットトレーニング
4日	5日	6日	7日	8日
カラオケ	体力測定	創作活動	室内体操	リラクゼーション
11日	12日	13日	14日	15日
創作活動	カラオケ	サーキットトレーニング	ビデオ鑑賞	かき氷会 
18日	19日	20日	21日	22日
音楽鑑賞	かき氷会 	室内体操	カラオケ	室内ゲーム
25日	26日	27日	28日	29日
フラワーアレンジ 	創作活動	かき氷会 	音楽鑑賞	ビデオ鑑賞