

令和7年 10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>だんだんと気温が涼しくなり、 外出しやすい季節となりますね。 秋を感じましょう！！</p>   | | | | |
| | | 1日 | 2日 | 3日 |
| | | ビデオ鑑賞 | 音楽鑑賞 | 室内体操 |
| 6日 | 7日 | 8日 | 9日 | 10日 |
| 散歩 | ビデオ鑑賞 | 室内体操 | 散歩 | 音楽鑑賞 |
| 13日 | 14日 | 15日 | 16日 | 17日 |
| カラオケ | 散歩 | 音楽鑑賞 | フラワー アレンジ  | 創作活動 |
| 20日 | 21日 | 22日 | 23日 | 24日 |
| 体力測定 | 茶道  | 室内ゲーム | カラオケ | バスハイク |
| 27日 | 28日 | 29日 | 30日 | 31日 |
| 室内体操 | 創作活動 | 散歩 | 創作活動 | リラクゼーション |