

令和8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
 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。 				
3日	4日	5日	6日	7日
室内体操	かき氷会 	創作活動	回想法	映画鑑賞
10日	11日	12日	13日	14日
かき氷会 	室内体操	カラオケ	ヨガ	音楽鑑賞
17日	18日	19日	20日	21日
創作活動	ヨガ	室内体操	かき氷会 	レクリエーション
24日	25日	26日	27日	28日
映画鑑賞	創作活動	かき氷会 	室内体操	そうめん流し
31日				
カラオケ				