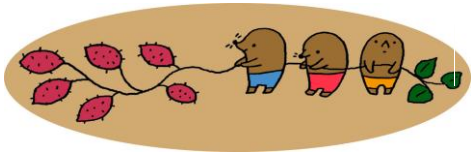
令和8年 10月　高齢者デイケア　つくしの会　月間プログラム

月	火	水	木	金
	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！！			
			1日 音楽活動	2日 散歩
5日 レクリエーション	6日 音楽鑑賞	7日 創作活動	8日 散歩	9日 ヨガ
12日 創作活動	13日 散歩	14日 体力測定	15日 室内体操	16日 カラオケ
19日 散歩	20日 レクリエーション	21日 音楽鑑賞	22日 茶道	23日 創作活動
26日 カラオケ	27日 創作活動	28日 散歩	29日 ビデオ鑑賞	30日 ハロウィン