

# かけはし第3デイケア

# 11月

月		火		水		木		金	
※秋も終盤になります。身の回りの冬支度と体調管理をして備えましょう。 ※休みの連絡は8:00~9:00までに連絡をお願いします。 TEL0238-50-1525 		1		2		3		文化の日   	
		体操		体操		ステップアップ			
		ペン字		有酸素室運動 対人交流クラブⅠ					
6		7		8		9		10	
体操		体操		体操		体操		紅葉レク   	
創作		ピククルボール		テーブルゲーム		みんなdeクイズ			
ボッチャ 交友クラブ		体育館SP 健康クラブⅠ		有酸素室運動 対人交流クラブⅡ		卓球 スタッフMT			
13		14		15		16		17	
体操		体操		体操		体操		カラオケ  体育館SP 就B学習G1	
YouTube運動		ほっとCafé 		脳トレ		中間評価			
交友会		体育館SP 健康クラブⅡ		有酸素室運動					
20	定期検査週	21		22		23		24	
体操		カラーリング		体操		勤労感謝の日		体操	
モルック		教えてナースⅠ ※午後1時開始 		JS活動				選択プログラム 就労準備Ⅰ	
身体体力測定		有酸素室運動		体育館SP NSと語ろう会					
27		28		29		30			
体操		体幹トレーニング		体操		体操			
YouTube運動		教えてナースⅡ ※午後1時開始 		ラダーゲッター		みんなdeクイズ			
全体MT		有酸素室運動		大掃除					

## ○活動時間の案内

- ・午前 前半10:00~10:30 15分休憩 後半10:45~11:45
- ・午後 13:30~14:30
- ・休みの連絡は8:00~9:00に連絡をお願いします。

TEL0238-50-1525

体力アップ・健康維持を目指そう	社会生活に必要な力を養おう	コミュニケーション力を養おう	気分転換を図ろう	生活をより良く過ごすための力を養おう	脳を活性化させ集中力を高めよう
-----------------	---------------	----------------	----------	--------------------	-----------------