



10月プログラム🍷🍷

令和5年

※都合によりプログラムが変更になる場合があります

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休み	スポーツ	体力作り	脳トレ	体力作り	 行事 ナイトケア	休み
	創作活動	映画	レクレーション	お話会		
8	9	10	11	12	13	14
休み	スポーツの日	レクレーション	体力作り	レクレーション	スポーツ	休み
		脳トレ	お話会	脳トレ	ひまわりの会 自主活動	
15	16	17	18	19	20	21
休み	スポーツ	体力作り	脳トレ	体力作り	スポーツ	休み
	創作活動	ゲーム大会 百人一首大会開催！	レクレーション	創作活動	自主活動	
22	23	24	25	26	27	28
休み	スポーツ	レクレーション	体力作り	自主活動	自主活動	休み
	脳トレ	自主活動	脳トレ	ゲーム大会 ババ抜き大会開催！	映画	
29	30	31	◆今年は猛暑が続きましたが、秋本番になり朝晩の気温もどんどん下がってきていますね。皆さん体感温度が違いますので、温度調整できる暖かい服装での参加をお願いします。			
休み	スポーツ	体力作り				
	ゲーム大会 UNOゲーム大会開催！	お話会				