



3・4階

レクリエーションスケジュール



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1 14:00～ カラオケ	2 14:00～ 書道 (食堂)	3 14:00～ 音楽療法 (食堂)	4 14:00～ DVD鑑賞	5 14:00～ 塗り絵	6 14:00～ NHK体操	7 14:00～ 音楽鑑賞
8 14:00～ お茶会	9 14:00～ 書道 (食堂)	10 13:30～ 3B体操 (カフェバー)	11 14:00～ DVD鑑賞	12 11:00出発 外出レク(ゆず庵ランチ) ※ご希望者様のみ 13:30～ 沼津市相談員	13 14:00～ NHK体操 午後 訪問診療	14 14:00～ 音楽鑑賞
15 14:00～ お誕生日会 (食堂)	16 14:00～ 書道 (食堂)	17 14:00～ 爪切り	18 14:00～ DVD鑑賞	19 11:00出発 外出レク(ゆず庵ランチ) ※ご希望者様のみ	20 14:00～ NHK体操	21 14:00～ 音楽鑑賞
22 14:00～ カラオケ (食堂)	23 14:00～ 書道 (食堂)	24 14:00～ 塗り絵	25 14:00～ DVD鑑賞 午後 訪問診療	26 13:30～ 3B体操 (カフェバー)	27 14:00～ NHK体操	28 14:00～ 音楽鑑賞
29 14:00～ カレンダー作り	30 14:00～ 書道 (食堂)	31 14:00～ 爪切り・耳そうじ				

熱中症は予防が大切です

熱中症対策!!

1に水分補給! 2に塩分補給!