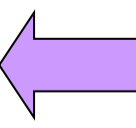


曜日	月	火	水	木	金	土	
 <p><b>生活機能訓練について</b> 日常生活を安全でより快適に過ごせるように、 集団体操を充実します。 ご希望の方には機能訓練指導員による個別 の生活機能訓練を実施しています。 また福祉用具の使い方や、運動方法等 のご相談をお待ちしております。 理学療法士、作業療法士、看護師が個別</p> 	時間/日にち				時間/日にち	1日	
	10:30~11:30	〇〇運びゲーム	足でポン	都道府県クイズ	玉入れ・輪投げ	10:30~11:30	記憶カクイズ
	14:00~15:00	脳に刺激を! 歌って体操 お茶の会15時~ (山本講師)	音楽に合わせて 身体を動かそう	民謡 (榎本講師)	音楽で元気 (中込講師)	14:00~15:00	歌謡コンサート (引地講師)
	16:30~17:10	足つなひき	皆で歌おう	ペーパードライバー	カルタ/トランプ	16:30~17:10	フーフーパタパタ 競争
時間/日にち	3日	4日	5日	6日	7日	8日	
10:30~11:30	サッカー	言葉のゲーム	ボーリング	歌詞当てクイズ	ストレッチ体操	〇〇運びゲーム	
14:00~15:00	紅白対抗! 3本勝負	花咲会	青春歌謡 バラエティ (大園講師)	太極拳 (伊藤講師)	脳をフル回転 記憶カクイズ	こうばこの会 (空代講師) 詩吟(小野講師)	
16:30~17:10	カラオケ	ゲートボール	ビンゴゲーム	投扇興ゲーム	皆で歌おう	野球	
時間/日にち	10日	11日	12日	13日	14日	15日	
10:30~11:30	記憶カクイズ	どれみちゃんコン サート(松島講師)	棒体操	都道府県クイズ	足でポン	秋の歌の会	
14:00~15:00	民謡(杉並民謡の会) 書道(高野講師)	リフレッシュ 全身体操	東村山リードメイト (長谷川講師)	のびのびダンスセラ ピー(野尻講師)	竹ちゃんと歌おう (竹森講師)	リハビリ体操 (田中講師)	
16:30~17:10	卓球	フリスビーシュー ティング	秋の唱歌	ゴルフ	カルタ/トランプ	ペアゲーム	
時間/日にち	17日	18日	19日	20日	21日	22日	
カレンダー作り週間(17日~22日)							
10:30~11:30	二人で協力ゲーム	サッカー	歌の会 (鳥井講師)	お手玉で遊ぼう (阿佐ヶ谷長寿会)	すごろく	ストレッチ体操	
14:00~15:00	ストレッチ体操	秋の歌の会	頭の体操脳トレQ	リードアソシエ ひまわり(中台講師) 絵手紙(大塚講師)	体カづくり体操	三味線で歌おう (田中講師)	
16:30~17:10	射的・ダーツゲーム	テーブルゲーム	輪投げ	カラオケ	ブロック崩し 積み上げゲーム	漢字部首クイズ	
時間/日にち	31日						
10:30~11:30	イントロ・ キーワードでドン!						
14:00~15:00	昔懐かし思い出 クイズ						
16:30~17:10	しりとり/クイズ						

ご希望者が集まり、ボランティアの方などを交え活動されています。→	《選択プログラム》 ※プログラムによっては開始時間が異なります					
	月 体操 脳トレ 折り紙	火 体操 大正琴(午前) ハーモニカ	水 体操 コーラス 麻雀	木 体操 編物(午前) ハーモニカ	金 体操 ハーモニカ 麻雀	土 体操 書道 高藤講師 (第1週・第3週)

〈〈今月のお知らせ〉〉

カレンダー作り・・・11月のカレンダーのテーマは「菊」です。たくさんのお花を折り紙で表現。是非挑戦ください。  
 選べるおやつ・・・10/12(水) 3種類のおやつの中から好きなものを1つお選びいただきます。秋の味覚をお楽しみ下さい。  
 体育の日・・・紅白対抗のミニ運動会を催したいと思っております。スポーツの秋! 良い汗をかきましょう。

10/5(水) 10/18(火)	 <b>美容カットサービス</b> TEL.03-3394-9831 (電話にて予約承ります。) 担当:小林さん/料金:¥1800- 内容:カット・簡単なブロー
---------------------	---

