

特別レクリエーション情報

2018年9月号

9月7日(金) **人気です!**

自分の身体は自分で守る! 認知症予防に効果的!

椅子に座って出来る? 「**介護予防体操**」

時間: 14:15~14:30

担当者: 酒井(厚生労働省認定:健康運動実践指導士)

*きつい体操ではありませんので、ご安心ください。



9月10日(月)



この時期と言ったらこれでしょ!

デイケアみんなで「**大運動会**」

時間: 13:30~14:45

担当者: 寺原(c)、酒井(c)、松本、原

*実際に走ったり、きついことは行いません。



9月18日(火) **お楽しみ会**

皆で誕生者をお祝いしましょう!

年一度の「**敬老会&9月誕生会**」

時間: 14:00~15:00

担当者: 松本(c)、原(c)、酒井、寺原

*事前に予約を取っております。



9月28日(金) **人気です!**

もうすぐ秋ですね

自由に作る「**オリジナルコスモス作り**」

時間: 14:00~14:45

担当者: 原(c)、酒井、松本、寺原

*製作後は、自宅にお持ち帰りいただけます。

