

令和4年10月レクリエーションスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
 <p>今月の歌 星影のワルツ</p>	<p>《日ごとの寒暖差に気を付けましょう》 最低気温と最高気温が10℃以上違うなど、日ごとの寒暖差が激しい月です。季節の変わり目で体調を崩しやすいため、バランスの良い食事を取るなど、体調管理に気を付けましょう！</p>					<p>こまめに脱ぎ着できる服装を心掛けましょう！大きな寒暖差を感じないように、寒い時は重ね着、暑い時は薄着で過ごせるような服装で、体温調整をすることが必要です。</p>
2 お休み	3 お休み	4 お休み	5 お休み	6 お休み	7 お休み	8 お休み
カレンダー作成 						
9 お休み	10 お休み	11 お休み	12 お休み	13 お休み	14 お休み	15 お休み
<p>体重測定 </p> <p>習字週間 </p>						
16 お休み	17 お休み	18 お休み	19 お休み	20 お休み	21 お休み	22 お休み
あみショップ週間						
23 お休み	24 お休み	25 お休み	26 お休み	27 お休み	28 お休み	29 お休み
お誕生日会  10/24～10/29						
30 お休み	31 お休み	健康教室週間 10/24～10/28				

※予定は変更になる場合がございます。

通所リハビリテーション あみ

 入浴男性から

 入浴女性から