

# 8月こげら予定表



曜日	月	火	水	木	金	土
日付	7日	8日	9日	10日	11日	12日
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (自主脳トレ) 10:00~ラウンジ	若さいいき教室 (自主脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ
午後	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30~ケア5階	座ってもできる ラジオ体操 足踏み体操 14:00~ コミュニティホール	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30~ケア5階	笑いヨガ 14:00~ コミュニティホール	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30~ケア5階 歌会15:00~ケア4階	こげら喫茶
日付	14日	15日	16日	17日	18日	19日
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (自主脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ
午後	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30~ケア5階	座ってもできる ラジオ体操 足踏み体操 14:00~ コミュニティホール	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30~ケア5階	懇話会	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30~ケア5階 歌会15:00~ケア4階	こげら喫茶
日付	21日	22日	23日	24日	25日	26日
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (自主脳トレ) 10:00~ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ
午後	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30~ケア5階	座ってもできる ラジオ体操 足踏み体操 14:00~ コミュニティホール	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30~ケア5階	脳トレ 5階生活サービス	メイクアップセラピー 13:30~ ラウンジ	こげら喫茶
日付	28日	29日	30日	31日		
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (自主脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ		
午後	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30~ケア5階	健康セミナー 『認知機能維持 コグニサイ ズ』 14:15~ コミュニティホール 講師 平川施設長	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30~ケア5階	懐メロ鑑賞喫茶 14:00~15:00 ラウンジ		

★ 8月9日(水)・18日(金)・23日(水)ケア棟のこげら体操は通常通り行います。

企画 オレンジ