

## リハビリ支援施設ふれんず 2023年 10月 プログラム

プログラムは、  
変更されることがあります。

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	2	3	4	5	6	7
午前	今月の 目標を立てよう	目指せ！ お掃除マスター	みんなで クイズ	人との付き合い 方を考えよう	太極拳	休館日
午後	卓球大会	自分を知ろう	避難訓練	秋の味覚 レシピ	書道	
	9	10	11	12	13	14
午前	スポーツの日 休館日	こころの交流	絵しりとり	お金の使い方 を考えよう	みんなで 音楽鑑賞	休館日
午後	 スポーツの日	トランプ をやろう	いたちまつり 準備	いたちまつり 準備	麻雀	
	16	17	18	19	20	21
午前	秋に向けて	脳トレ	いたちまつり 準備	いたちまつり 準備	太極拳	休館日
午後	ダーツを やろう	求人票を 見てみよう	いたちまつり 準備	百人一首大会	書道	
	23	24	25	26	27	28
午前	いたちまつりを 終えて	地域の サポーター を知ろう	ふれんずに ついて 話し合おう	栄養クイズ	歌おう	オープン ふれんず
午後	身体を 動かそう	しなやかな こころ	麻雀	職業適性検査 をやってみよう	魂	13:00   16:00
	30	31	<div style="display: flex; align-items: center; justify-content: center;">  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: left;">                     夏の疲れが出る頃です。 よく食べ！よく寝る！よく笑う！ 生活を心がけましょう！                 </div> </div> <p style="margin-top: 10px;">【お知らせ】 10月22日(日) 小菅ヶ谷ケアプラザにて 「いたちまつり」が開催されます！ ふれんずも出店しますので、是非足を運んでくださいね♪</p> 			
午前	健康 ～カフェイン～	買い物に行こう				
午後	ボーリング 大会	今月の 振り返りを しよう				