

# リハビリ支援施設ふれんず 2024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
		1	2	3	4	5
午前		10月の カレンダー作り	10月の カレンダー作り	省エネ対策	太極拳	休館日
午後		避難訓練	アンガー マネジメント	ゴミの分別	ドライブへ行こう	
	7	8	9	10	11	12
午前	ちぎり絵 (2025年の壁紙)	身体を動かそう	音楽鑑賞	秋の服装	音楽鑑賞	休館日
午後	WRAP	コスパ満点 レシピ	マインドマップ	のんびりタイム	読書	
	14	15	16	17	18	19
午前	スポーツの日 休館日	脳トレ	カードゲーム	私が大切に したいこと	太極拳	休館日
午後		カラオケ (外出)	秋に向けて	身近な法律	喫茶ふれんず (所長と話そう)	
	21	22	23	24	25	26
午前	自宅で出来る 筋トレ	暮らしの安全	ミーティング	フレイルって 何?	しなやかな ころろ	オープン ふれんず
午後	リハビリ学習	生活支援セン ターへ行こう (外出)	自分の 強み探し	親あるうちに できること	マインド フルネス	13:00   16:00
	28	29	30	31		
午前	曼荼羅アート	散歩	ヌーリエ	困っていること を話そう		
午後	SST	音楽鑑賞	卓球	今月の振り返り 		