



日	月	火	水	木	金	土
1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
	展望風呂 (午前・午後) 数えてペグ挿し セツブン草	割りばしゲーム 大砲ボーリング	展望風呂 (午前・午後) お手玉積み上げ コップ投げゲーム	ヤクルト山積み ゆらゆら傘	展望風呂 (午前・午後) ロボお手玉 ペットボトルボーリング	展望風呂 (午前・午後) コップ積み上げ 後ろ向き玉入れ
8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日
	展望風呂 (午前・午後) 田植えゲーム カラオケ 書道	輪投げビンゴ CDカーリング	展望風呂 (午前・午後) 串刺しゲーム スマートボール	タオル山積み 椅子玉乗せ ひまわり美容室	展望風呂 (午前・午後) 数えてペグ挿し ペットボトル起こし	展望風呂 (午前・午後) 割りばしゲーム 魚釣りゲーム
15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日
	展望風呂 (午前・午後) お手玉積み上げ カーリングゲーム 敬老の日	ヤクルト山積み カラオケ 敬老の日おやつ	展望風呂 (午前・午後) ロボお手玉 大砲ボーリング	コップ積み上げ コップ投げゲーム	展望風呂 (午前・午後) 田植えゲーム ゆらゆら傘	展望風呂 (午前・午後) 輪投げビンゴ ペットボトルボーリング
22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日
	展望風呂 (午前・午後) 串刺しゲーム 後ろ向き玉入れ	タオル山積み スマートボール おじいちゃん、おばあちゃん、 いつまでもお元気で	展望風呂 (午前・午後) 数えてペグ挿し 椅子玉乗せ	割りばしゲーム ペットボトル起こし 誕生食	展望風呂 (午前・午後) ヤクルト山積み カラオケ 水彩画 移動美容室	展望風呂 (午前・午後) お手玉積み上げ CDカーリング 誕生食
29日	30日					
	展望風呂 (午前・午後) ヤクルト山積み 大砲ボーリング					

長月・・・すがすがしい秋風の吹く頃となりましたが、いかがお過ごしでいらしゃいますか

9月は気候の変わり目で、時間帯により気温の差や日照時間が短くなることもあり、自立神経に乱れが生じやすいです。片頭痛や倦怠感、肩こりが酷い、頭が重たい感覚がある人は気象病の可能性があるので、自立神経を整える生活習慣を身に付けましょう。

- ★ 誕生食の日はお誕生月の方のお祝いとして、昼食にはお祝膳他、お楽しみおやつ・地元の和菓子等をお楽しみ頂いています。
- ★ 感染症予防に所内ではこまめな手洗い消毒を励行致しております。手洗いうがい時には**センターに備えております使い捨てペーパータオルのご使用をお願い致します。**
- ★ 来所時には**新しいマスク**(可能であれば使い捨ての不織布マスク)か**洗濯をされたマスク**の着用をお願い致します。予備のマスクをバックの中に持参して頂ければ落としたり汚れた場合、交換が出来ます。
- ★ **ご自宅でも水分補給をこまめに行ってください。**