

サニーステージ星川 9月レクリエーションカレンダー

日	月 入浴	火 入浴	水 入浴	木 入浴	金 入浴	土 入浴
	1 的あて	2 輪投げ	3 横ちゃんの 貯筋 体操	4 脳トレプリント	5 風船バレー	6 カラオケ
7 はまちゃんの いきいき体操	8 輪投げ	9 脳トレプリント	10 横ちゃんの 貯筋 体操	11 スリッパ飛ばし	12 理美容 ちぎい絵	13 フラワー アレンジメント
14 敬老祝賀会	15 敬老の日 自由に楽しむ習字	16 塗り絵	17 横ちゃんの 貯筋 体操	18 かるた	19 リズム体操	20 ジオラマ
21 はまちゃんの いきいき体操	22 理美容 輪投げ	23 秋分の日 脳トレプリント	24 横ちゃんの 貯筋 体操	25 的あて	26 ちぎい絵	27 映画鑑賞
28 室内ゴルフ	29 リズム体操	30 風船バレー				

イベントのお知らせ

9月14日

敬老祝賀会

嚥下体操・フレイル予防体操（毎食前10分）

顔の筋肉を柔らかくし 飲込みを良くする体操

第2日曜日 10時～14時 エステサロン

第1土曜日 12時30分～14時 移動販売かなやさ