

サニーステージ星川 10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
	TRICK OR TREAT 		1 サニー喫茶 スターリーボックス	2  リズム体操	3  ポッチャ	4  塗り絵
5 秋刀魚炭火焼イベント はまちゃんの いきいき体操	6  輪投げ	7  碁あて	8  横ちゃんの 貯筋 体操	9  外気浴	10 理美容 ちぎい絵	11  フラワー アレンジメント
12  スリッパ飛ばし	13  運動会	14  脳トレプリント	15  横ちゃんの 貯筋 体操	16  椅子でカーリング	17  ボウリング	18  園芸
19 ハピネス 洋品店	20  リズム体操	21  ポッチャ	22 箱根バスハイク 室内ゴルフ	23  横ちゃんの 貯筋 体操	24 ちぎい絵	25  映画鑑賞
26 エステサロン カラオケ	27 理美容 ボールDE体操	28  外気浴	29  横ちゃんの 貯筋 体操	30  風船バレー	31  ハロウィン パーティー	

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 飲み込みを良くする体操

第4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

イベントのお知らせ

1日 SSHスターリーボックス

5日 秋刀魚炭火焼

13日 運動会

31日 ハロウィンパーティー

