

- ・午前の全体ミーティングは、8日、14日、19日、27日です。
- ・ラジオ体操は午前中の活動で毎日行います♪

平成28年 **テイクア すずらん**













9月 プログラム

★上記以外でも、自主活動では**手工芸・室内カラオケ**

など自由に過ごせます。

★院外活動は運動靴、帽子、準備できる方は水筒持参での参加をお願いします。

	月	火	水	木	金
日にち	行事のお知らせ			1	2
午前	<ul style="list-style-type: none"> ・8月に予定していた映画鑑賞が9月6日火曜日にあります。 			自然体操(オツパ岳)	すずらん祭り振り返り
午後	<ul style="list-style-type: none"> ・9月16日には美ら海水族館へ行きます。 ・9月29日に8・9月誕生者の誕生日会があります。 			SST/ちゅらぐる	公園清掃 
	5	6	7	8	9
午前	合唱/学習訓練	レク/三線クラブ	散歩(21世紀の森)/学習訓練	全体ミーティング	スクエアステップ/学習訓練
午後	TSUTAYA・BIG1 	映画鑑賞 	民謡クラブ / 合同プログラム	ボウリング/  ちゅらぐる	貯筋教室 
	12	13	14	15	16
午前	自然体操(幸喜ビーチ)/ 学習訓練	レク/三線クラブ	全体ミーティング/学習訓練	スクエアステップ	ウェルネス体操/学習訓練
午後	クッキング計画 (男性)	買い物 	SST/ 合同プログラム/ (つりクラブ)	民謡クラブ/ちゅらぐる	美ら海水族館
	19	20	21	22	23
午前	全体ミーティング/ 学習訓練	散歩(振慶名公園)	合唱/統合失調症塾/学習訓練	ウェルネス体操	スクエアステップ/学習訓練
午後	買い物 	健康増進	ゆんたく会 / 合同プログラム	カラオケ/リカバリーの学校/ ちゅらぐる	民謡クラブ/ワンステップ
	26	27	28	29	30
午前	レク・三線クラブ/ 学習訓練	全体ミーティング	スクエアステップ/学習訓練	誕生日会準備	散歩(あだね川公園)/ 学習訓練
午後	クッキング実施 (男性) / 民謡クラブ	ドライブ 	スペシャルランチ	誕生日会 	はなはなクラブ

☆お知らせ☆

- ・活動名変更：健康増進での転倒予防は→貯筋教室に変更です。内容は転倒予防のための筋力トレーニングを行います。
- ・今月からスクエアステップ (転倒・認知症予防) が週一回づつ入ります。
- ・～ワンステップ～であなたの『働きたい気持ち』を私たちと始めの一步を踏み出してみませんか (23日)
- ・毎週月・水・金曜日に学習訓練が入りました。

