

2024年 11月予定表

月	火	水	木	金
				1
				健康づくり (ストレッチ) 趣味の集い (スカットボール)
				紅葉狩り (旭川ダム)
4	5	6	7	8
振替休日 (前日 文化の日)	家事支援活動 冷蔵庫整理	個別活動	楽しい昼食づくり 	趣味の集い (絵画)
	健康づくり (ウオーキング) 卓球バレー	個別活動	野外活動 (ウオーキング) ※雨天時 (カード・ボードゲーム) (読書)	健康づくり (ストレッチ) (テーブル卓球)
11	12	13	14	15
個別活動	家事支援活動 冷蔵庫整理	個別活動	生活プログラム (体重測定) 居室の整理整頓	健康づくり (中村式ストレッチ)
個別活動 買物支援	健康づくり (ウオーキング) ソフトバレー	個別活動 (図書館)	選択プログラム	勉強会 (佐々木)
18	19	20	21	22
個別活動	健康づくり (ストレッチ) 紫陽花便り作成	家事支援活動 冷蔵庫整理	個別活動	越高教室 ストレッチ・リズム体操
個別活動 買物支援 ドン・キホーテ	勉強会 (心理の斉藤さん)	頭脳活動 マストリゲーム	個別活動 避難訓練	集団活動 by 作業療法士
25	26	27	28	29
個別活動	健康づくり (ストレッチ) 落ち葉拾い (紫陽花周辺清掃)	個別活動	家事支援活動 冷蔵庫整理	趣味の集い (カラオケ) (読書・塗り絵)
個別活動 買物支援	健康づくり (ウオーキング) ソフトバレー	個別活動	全体ミーティング クリスマス飾り (作成含む)	マジックショー (秋田県マジック同好会)