

令和6年10月の予定 あおぞらライフデイサービス(介護・介護予防・認知対応)

口の中の汚れは歯だけでなく、歯茎や舌、頬の内側にもついていて多くの細菌が繁殖しています。口の中の細菌は歯周病や誤嚥性肺炎などにつながる恐れもあるので、普段からうがいや歯磨き、義歯や舌の清掃などで口の中にある歯垢や食べかすをきれいに取り除きます。口の中を清潔にしておくことが大切です。

	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5
★ショートステイからのお知らせ★	10月に入り、だいぶ涼しくなってきました。朝夕の寒暖差も考慮しつつ、衣服を調整していきましょう。食欲の秋…のみにならないように適度に運動もしつつ健康に留意していただければいいですね！		運動機能向上プログラム	運動機能向上プログラム	シニアヨガ教室	カワイ音楽教室	カワイ体操教室
午前							
午後			すてっぷくらぶ陶芸教室	すてっぷくらぶ折り紙教室	個別機能測定	個別機能測定	個別機能測定
	6	7	8	9	10	11	12
午前	お休み	カワイ音楽教室	運動機能向上プログラム	カワイ音楽教室	運動機能向上プログラム	カワイ体操教室	二胡と琴による十三夜の会
午後		すてっぷくらぶ書道教室	すてっぷくらぶ書道教室	運動機能向上プログラム	あおぞらライフ運動会	すてっぷくらぶちぎり絵教室	運動機能向上プログラム
	13	14	15	16	17	18	19
午前	お休み	運動機能向上プログラム	DAMDAM音楽レク体操	カワイ体操教室	高田真子歌謡ショー	運動機能向上プログラム	運動機能向上プログラム
午後		カワイ新体操クラブ慰問	脳活性プログラム	脳活性プログラム	運動機能向上プログラム	すてっぷくらぶ水彩画教室	やまうち屋紙芝居
	20	21	22	23	24	25	26
午前	お休み	カワイ体操教室	運動機能向上プログラム	運動機能向上プログラム	シニアヨガ教室	運動機能向上プログラム	カワイ体操教室
午後		脳活性プログラム	すてっぷくらぶ硬筆ペン字教室	すてっぷくらぶハーモニカ教室	運動機能向上プログラム	すてっぷくらぶ華道教室	からくりBOX & 正次郎
	27	28	29	30	31		
午前	お休み	脳活性プログラム	運動機能向上プログラム	足腰元気になるよう体操!!	カワイ音楽教室		
午後		カワイリハビリ音楽体操教室	あすなろ会慰問	脳活性プログラム	運動機能向上プログラム		

すてっぷクラブ(カルチャークラブ) ~外部講師による教室~のご案内							
*陶芸	第1火曜日	*折り紙	第1水曜日	高田真子歌謡ショー	第3木曜日	歌手	高田真子
*水彩画	第3金曜日	*硬筆ペン字	第4火曜日	カワイ体操教室	月5回(不定期)	仲野みよ子	講師
*ちぎり絵	第2金曜日	ハーモニカ	第4水曜日	カワイ音楽教室	月4回(不定期)	松本・高野	講師
*書道	第3月・火曜日	足腰元気になるよう体操!!	不定期	リハビリ音楽体操	月1回(不定期)	仲野・佐藤	講師
*華道	第4金曜日	認知機能低下予防教室	不定期	シニアヨガ教室	月2回(不定期)	大塚ゆかり	講師
*別途材料費がかかります。		山内屋紙芝居	月1回 不定期	DAMDAM音楽レク体操	月1回(不定期)		