

# 11月行事予定

6日(月)～11日(土)   
紅葉狩り お楽しみに～！  




今月のちょっと体操

「食べる前の準備体操」

頸部の緊張をとり、嚥下をスムーズにします。食前に簡単にできる体操です。



日	月	火	水	木	金	土
			1 	2 	3 休	4 カラオケ 
5	6 紅葉狩り 	7 紅葉狩り 	8 紅葉狩り 	9 紅葉狩り 	10 紅葉狩り 	11 紅葉狩り 
12	13  わなげ 大会	14 絵手紙 	15 陶芸 	16 図書の日 	17 音楽レク 	18 カラオケ 
19	20  ビデオ 鑑賞	21 おいしいお昼 ごはんの日 書道 	22 小物作り 	23 休	24 	25 
26	27 カラオケ 	28 イスヨガ 	29  ビンゴ 大会	30 小物作り 		

## 11月の小物作り

イチョウや紅葉の形の折紙を貼って  
**秋の壁飾り**  
を作ります！



**コロナのワクチン接種**や**インフルエンザの予防接種**を受けられた方は職員までお知らせください

諸事情による変更は御容赦願います

介護老人保健施設 邑久ナーシングホーム  
通所リハビリテーション直通電話(0869)22-9509