

# 12月行事予定

14日(木) 歌謡ショー

19日(火) クリスマス会

26日(火) もちつき お楽しみに!



今月のちょっと体操

「いざり動作の  
ための運動」

椅子に座ったままできる体操  
です。無理せず行いましょう。



日	月	火	水	木	金	土
					1  魚つり ゲーム	2  カラオケ
3	4  わなげ	5  小物作り	6  絵手紙	7  図書の日 絵手紙	8  カラオケ	9  カラオケ
10	11  書道	12  絵手紙	13  小物作り	14  歌謡ショー	15  かるた	16  カラオケ
17	18  18	19  クリスマス会	20  陶芸	21  イスヨガ	22  22	23  カラオケ
24 /31	25  カラオケ	26  もちつき	27  27	28  音楽レク	29  29	30  休

## 12月の小物作り



かわいい

クリスマスツリー

を作ります

お楽しみに♪♪

寒くなったこの季節でも脱水になることはあります。  
適度な水分補給を心がけましょう。

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