

# 平成27年10月レクリエーションスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
 <p>今月の歌 高原列車は 行く♪</p>	 <h2>秋土用</h2> <p>10月21日から立冬の前日までが秋土用の期間です。暑さで弱った消化機能を高めるため、野菜や豆類・穀類を食べると良いとされています。また、夏の土用に食べることでおなじみのウナギは秋に旬を迎えるため、夏よりも脂がのって旨みが増します。</p>			1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
お休み	習字週間 タオルで物送りゲーム	習字週間	習字週間	習字週間	習字週間	習字週間
あみオリジナル体操（呼吸機能向上運動）						
11	12	13	14	15	16	17
お休み	体育の日	玉入れゲーム	カレンダー作成			
あみオリジナル体操（体幹の運動）						
18	19	20	21	22	23	24
お休み	めがけてポン！ゲーム				芋蕨会	
あみオリジナル体操（循環改善運動）						
25	26	27	28	29	30	31
お休み	お誕生日会	絵手紙				
あみオリジナル体操（座位バランス運動）						

※予定は変更になる場合がございます。

通所リハビリテーション あみ

 入浴男性から

 入浴女性から