

8月レクリエーション表

更新 2024. 7. 22

日	月	火	水	木	金	土
突然変更になる場合も ございますので、当日 ラウンジやサロンの ホワイトボードを ご確認ください。	・8月24日(土) 14時00分～16時00分 夏祭り 今年は夢別邸で夏祭りが開催されます！！ お菓子や飲み物などおいしいものがたくさん♪ 楽しいゲームもご用意しておりますので、ぜひ皆様で 楽しい時間を過ごしましょう。 ご家族様のご参加もお待ちしております☆			10:00～ 音楽セラピー	9:45～ 中川先生の ギターコンサート	
	4	5	6	7	8	9
	9:45～ 太極拳 14:00～ 5階 フラワーアレンジメント	10:00～ 4階 書道の会 13:30～ みんなで歌おう会	9:45～ リラックス肩甲骨ヨガ 13:30～14:30 フリースペース (サロン開放)	10:00～ ミュージックシャワー 13:30～ 体操	10:00～ ちほ先生のみんなで 歌おう 13:30～ 百人一首	
11	12	13	14	15	16	17
		9:45～ 太極拳 	 13:30～ シニアヨガ	9:45～ 百人一首 	10:00～ ミュージックシャワー 	
18	19	20	21	22	23	24
	9:45～ 中川先生の ギターコンサート 14:00～ 5階 フラワーアレンジメント	10:00～ 4階 書道の会 13:30～ シニアヨガ	9:45～ 百人一首 13:30～14:30 フリースペース (サロン開放)	9:45～ 太極拳 13:30～ みんなで歌おう会	9:45～ フラダンス 13:30～ 鳴海先生の音読講座	 14:00～16:00 夏祭り
25	26	27	28	29	30	31
	9:45～ 体操 13:30～ ちほ先生のみんなで 歌おう	9:45～ 健美操 14:00～ セルフマッサージ講座(膝)	 13:30～14:30 フリースペース (サロン開放)	10:45～ エssenパン屋さん 13:30～ 庭園カフェ(紅茶)	9:45～ 風船ゲーム 13:30～ みんなで歌おう会	

お知らせ

・7月27日(火) セルフマッサージ講座
 前回は「肩こり」についてでしたがいかがでしたでしょうか？
 今回は「膝」についてのセルフマッサージ講座になります。
 無料で受けられるハリやマッサージもございますので、
 ぜひご参加ください。お部屋でできるマッサージの
 コツも伝授してさせていただきます。



今年も猛暑の影響により、エアコンの効き
 が悪くなる事も予測されます。環境省が
 推奨する熱中症リスクの指標により、**室温**
が29度を超えたらサロンやラウンジ
 でのレクリエーションは急遽中止と
 させていただきますので
 ご了承ください。



☆脳トレ☆それぞれの問題で□に入る共通の漢字一文字は何でしょう？

- ① 三日□ □曜日 お□見 ④ □根裏 八百□ □外
 ② 交差□ 句読□ □滅信号 ⑤ 人□ □遠鏡 展□台
 ③ □下街 □面 □球儀 ⑥ □熱 出□ 自□的
- 答え ①月 ②点 ③地 ④屋 ⑤望 ⑥発