

# 9月レクリエーション表

更新 2024. 8. 21

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	<p>9:45~ 太極拳 </p> <p>14:00~ 5階 フラワーアレンジメント</p>	<p>10:00~ 4階 書道の会</p> <p>13:30~ 青山さんのピアノ/弾き語り コンサート</p>	<p>9:45~ リラックス肩甲骨ヨガ</p> <p>13:30~ 百人一首 </p>	<p>10:00~ 音楽セラピー </p> <p>13:30~ 体力測定</p>	<p>9:45~ 中川先生の ギターコンサート </p> <p>13:30~ 体操</p>	
<p>9:30~ 映画 </p>	<p>9:45~ 健美操</p> <p>13:30~ ちほ先生のみんなで 歌おう</p>	<p>9:45~ 太極拳</p> <p>13:30~ みんなで歌おう会 </p>	<p>9:45~11:00 フリースペース (サロン開放) </p> <p>13:30~ シニアヨガ</p>	<p>10:00~ ミュージックシャワー </p> <p>13:30~ 安来節と民謡三味線</p>	<p>9:45~ フラダンス </p> <p>13:30~ 絵手紙</p>	
	<p>14:00~ 5階 フラワーアレンジメント </p>	<p>10:00~ 4階 書道の会 </p> <p>13:30~ 体操</p>	<p>9:45~ 健美操 </p> <p>13:30~14:30 フリースペース (サロン開放)</p>	<p>10:45~ サロン エッセパン屋さん </p> <p>13:30~ シニアヨガ</p>	<p>10:00~ ミュージックシャワー </p> <p>13:30~ 庭園カフェ(ローズティー)</p>	
	<p>13:30~ 2階ラウンジ めいえドリル </p>	<p>10:00~ 米山さんの琴コンサート</p> <p>13:30~ セルフマッサージ講座(腰)</p>	<p>13:30~ シニアヨガ </p>	<p>9:45~ 太極拳 </p> <p>13:30~ 紙バンドのカボチャ(工作)</p>	<p>9:45~ みんなで歌おう会</p> <p>13:30~ 鳴海先生の音読講座</p>	


**今日のピックアップ**

- ・9月3日(火) 13時30分~ 青山さんのピアノ/弾き語りコンサート  
4回目となる青山さんによるコンサートです。サロンに響き渡る素敵な歌声をぜひ聴きにいらしてください☆
- ・9月12日(木) 13時30分~ 安来節と民謡三味線  
夢別邸で初めて開催されます。日本の伝統音楽である民謡、そして安来節をどうぞお楽しみください!!
- ・9月24日(火) 10時00分~ 米山さんの琴コンサート  
琴の美しい音色を聴きながら穏やかなひと時をお過ごしください♪

急遽変更になる場合も  
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。

☆脳トレ☆ 暗号クイズです。?に入るのは何でしょう?

**問題①**

幕 → 目印 

明日 → 地球


鳩 → 心臓

茄子 → ?

**ヒント** 長音記号を入れると、...

**問題②**

山形 → たけない

岐阜 → ふけない 

岐阜 → ふけない

福岡 → かけない

広島 → ?

**ヒント** 最後の字に注目!

体力測定のご案内

9月5日(木) 13時30分~ 体力測定



◆時間 5階13:30~ 4階14:00~ 2階・3階14:30~

◆場所 2階サロン

◆内容 **血圧 握力 肺機能 歩行測定**

参加希望の方は時間に気を付けてお越しください。

なお、**歩行測定**は今回で最後とさせていただきます☆

☆脳トレ☆の答え ①看護師 ②まけない