



うらたの里デイサービスセンター 行事予定表

月	火	水	木	金	土	
2 日めくり体操 おやつレク 口腔体操・ラジオ体操	3 タオル体操 連想ゲーム 口腔体操・ラジオ体操	4 TV体操 10月〇×クイズ 口腔体操・ラジオ体操	5 棒体操 雑学クイズ 口腔体操・ラジオ体操	6 笑いヨガ とんちクイズ 口腔体操・ラジオ体操	7 歌体操 すごろく 口腔体操・ラジオ体操	
9 笑いヨガ しりとり 口腔体操・ラジオ体操	10 日めくり体操 トランプ 口腔体操・ラジオ体操	11 タオル体操 ホワイトボードゲーム 口腔体操・ラジオ体操	12 TV体操 なぞなぞ 口腔体操・ラジオ体操	13 棒体操 すごろく 口腔体操・ラジオ体操	14 太極拳 トランプ 口腔体操・ラジオ体操	
16 運動会 皆で体を動かして 楽しみましょう!	17 笑いヨガ 口腔体操・ラジオ体操	18 日めくり体操 口腔体操・ラジオ体操	19 タオル体操 口腔体操・ラジオ体操	20 TV体操 口腔体操・ラジオ体操	21 棒体操 口腔体操・ラジオ体操	
← リラクゼーション週間 →						
23 棒体操 10月〇×クイズ 口腔体操・ラジオ体操	24 歌体操 口腔体操・ラジオ体操	25 笑いヨガ 口腔体操・ラジオ体操	26 日めくり体操 口腔体操・ラジオ体操	27 タオル体操 おやつレク 口腔体操・ラジオ体操	28 TV体操 口腔体操・ラジオ体操	
← カラオケ週間 →						
30 タオル体操 魚釣り 口腔体操・ラジオ体操	31 ハロウィン TV体操 ビンゴゲーム 口腔体操・ラジオ体操	今月のおやつレク 2日：ジャンボミルクレープ 27日：かぼちゃのおやつ			リラクゼーション週間では、 フットマッサージ・ハンドマッサージを させていただきます。	

散髪をご希望の方は、有料にて承っております。お気軽にお問い合わせください。

※予定は当日変更になる場合がございます。予めご了承ください。

10月から新しく「太極拳」と「笑いヨガ」の日が
出来ました。引き続き、日常生活動作を維持して
いくための運動を行っていきます♪

**10月16日(月)運動会を開催します。
ぜひ追加・振替でご利用ください。
職員一同お待ちしております!**

うらたの里デイサービスセンター
倉敷市浦田1533番地2
TEL(086)441-6003 FAX(086)441-6004
担当:上田/妹尾

