



# 7月の予定表



日	月	火	水	木	金	土
1	2 詩吟	3 <u>(入所・通所)口腔ケア</u>	4 	5 ポーラ化粧 ボランティア <u>(入所・通所)口腔ケア</u> 入所:すいせん) 音楽レク	6 <u>(入所・通所)口腔ケア</u>	7 
8 	9 <u>(入所・通所)口腔ケア</u> (入所:さくら) 音楽レク <u>(通所)音楽レク</u>	10 	11 <u>(通所)体重測定</u>	12 <u>(入所・通所)口腔ケア</u> (入所:ひまわり) 音楽レク <u>(通所)体重測定</u>	13 <u>(入所・通所)口腔ケア</u> <u>(通所)体重測定</u>	14 <u>(通所)体重測定</u>
15	16 <b>海の日</b> <b>通所あります</b> <u>(通所)体重測定</u>	17 <u>(入所・通所)口腔ケア</u> <u>(通所)体重測定</u> <u>(通所)お楽しみ会</u>	18 <u>(通所)お楽しみ会</u>	19 <u>(入所・通所)口腔ケア</u> <u>(通所)お楽しみ会</u>	20 笑いヨガ <u>(入所・通所)口腔ケア</u> (入所:ふじ) 音楽レク	21 <u>(通所)音楽レク</u>
22 	23 絵手紙 <u>(入所・通所)口腔ケア</u> 入所:すいせん) 音楽レク	24 	25 <u>(入所・通所)口腔ケア</u>	26 <u>(入所・通所)口腔ケア</u> (入所:ひまわり) 音楽レク	27 	28 入所:すいせん) 花火
29	30 十六夜会交流会 (入所:こすもす) 音楽レク	31 <u>(通所)音楽レク</u>	<p>《 夏バテしないために！！ 》 夏バテの予防・改善のポイントは・・・ ①バランスの良い食生活②水分補給③睡眠④適度な運動です。 この4つを意識しながら、夏を乗り切りましょう。</p>			