



はむろ通信

NO.149

発行 2019年9月24日
つどいの家「はむろ」
〒569-1147 高槻市土室町36-5
TEL 696-8420

- 天高く馬肥える秋。朝夕すっかり涼しくなり、とっても過ごしやすくなってきました。風邪を引かないように気をつけて下さい。
- 今月お誕生日を迎える方は、牧野さんです。おめでとうございます。



10月の行事予定表

※午前中は健康チェックと身体と脳の介護予防体操を行っています

	月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5	6
プログラム	介護予防	体力測定					
プログラム	全体	作品作り	作品作り	作品作り	作品作り		
		7	8	9	10	11	12 13
プログラム	介護予防	強化体操					
プログラム	全体	秋の大運動会	秋の大運動会	秋の大運動会	秋の大運動会	秋の大運動会	
		14	15	16	17	18	19 20
プログラム	介護予防	秋の実りのオブジェ①					
プログラム	全体	楽謡会	紙芝居	紙芝居	紙芝居	ナツメ口	
		21	22	23	24	25	26 27
プログラム	介護予防	おやつ作り(おはぎ)					
プログラム	全体	紙芝居	さわやかコーラス	元気に歌いましょう	元気に歌いましょう	紙芝居	
		28	29	30	31		
プログラム	介護予防	秋の実りのオブジェ②					
プログラム	全体	元気に歌いましょう	元気に歌いましょう	チョコホット	舞踊		

予定のプログラムの他に絵手紙・習字・ぬりえ・脳トレのプリント・将棋・オセロ・囲碁