



令和6年

# 10月



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3 往診	4 シニアセラピー	5
6	7 園芸クラブ	8 11モート運動教室 いきいきリズム 体操	9 ヘアカット	10	11	12
13	14 スポーツの日	15	16 運営推進会議	17 11モート運動教室 大運動会!	18 シニアセラピー	19 お誕生日会
20	21 歯科往診	22	23	24 11モート運動教室 ALSOKあんしんヨガ	25 ハロウィン イベント	26 文化祭
27	28 書道	29	30	31		



### 毎日の日課

AM 毎日ノーア・口腔体操  
散歩

PM ヨガ・口腔体操  
カラオケ