

# 10月(October)

## 土浦サテライト



生活訓練等事業

	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
午前				身だしなみチェック ウォーキング	赤い羽根募金活動 10:00~11:00	休館	身だしなみチェック 昼食会(ハンバーグ)
午後				コラージュ療法	コーラス(童謡)		大掃除(玄関・スリッパ) こころの元気+を読もう
	5	6	7	8	9	10	11
午前	温泉卓球	昼食会 (茄子とじゃが芋グラタン)	休館	身だしなみチェック ゴミ拾い	お菓子作り(コーヒーゼリー) 費用100円	休館	身だしなみチェック ウォーキング
午後	マーじゃん大会	シーツ交換(枕) 雑誌購入		温泉卓球	ぬり絵		大掃除(駐車場) 新聞を読もう
	12	13	14	15	16	17	18
午前	ストレッチ	休館 (体育の日)	休館	身だしなみチェック ウォーキング	トランプ	休館	身だしなみチェック 昼食会(麻婆豆腐)
午後	シーツ交換(枕) SST マーじゃん大会			書写	室内カラオケ		大掃除(床) こころの元気+を読もう
	19	20	21	22	23	24	25
午前	温泉卓球	ストレッチ	休館	身だしなみチェック ゴミ拾い	健康教室 予定決め	休館	身だしなみチェック 昼食会(きのご飯)
午後	マーじゃん大会	シーツ交換(全) 脳トレ		絵手紙	ウォーキング		大掃除(窓) 新聞を読もう
	26	27	28	29	30	31	
午前	ストレッチ	ゴミ拾い	休館	身だしなみチェック ウォーキング	オセロ大会	休館	
午後	SST マーじゃん大会	シーツ交換(枕) 温泉卓球		音読	ボーリング		

★ウォーキングは通常時間(11:00~)に戻ります。