

2021年

## 9月 テイケアプログラム

	月		火		水		木		金	
	6日		7日		8日		9日		10日	
午前	趣味・小物作り/ストレッチ体操		ミニバレー/趣味		テニポン/集中サークル		シャッフルボード・ペタンク/ヨガ		ミニバレー/趣味	
午後	定番ゲーム	フリータイム	連想ゲーム	フリータイム	中垣Radio	フリータイム	DVD鑑賞		トランプクラブ	
	13日		14日		15日		16日		17日	
午前	趣味・小物作り/ストレッチ体操		テニポン/趣味		ミニバレー/集中サークル		中垣卓球部/ヨガ		ソフトテニス/趣味	
午後	連想(絵)ゲーム	フリータイム	定番ゲーム	フリータイム	頭の体操	フリータイム	秋の写生会・カラオケ 芸術の秋		漢字検定サークル	
	20日		21日		22日		23日		24日 全国銘菓巡り	
午前	敬老の日		ソフトテニス/趣味		未定/集中サークル		秋分の日		テニポン/趣味	
午後			DVD鑑賞	フリータイム	秋祭り				トランプクラブ	
	27日		28日		29日		30日		29日 秋分の日	
午前	趣味・小物作り/ストレッチ体操		バウンドテニス/趣味		ソフトテニス/集中サークル		テニポン/ヨガ		祭	
午後	中垣Radio	川柳の会 フリータイム	頭の体操	華道 フリータイム	連想(絵)ゲーム	フリータイム	趣味・創作・カラオケ		祭	

・9月から全国銘菓巡りが始まります。毎月、各地のお菓子をご提供します！今月は9/24を予定していますよ。乞うご期待！

・暑い、暑い夏も終わりましたね。過ごしやすい気候になり、スポーツも再開していますよ！体を動かしてスッキリしませんか？

・9/22に秋祭りを予定しています。久々の行事ですね！事前に出欠の確認を致します。皆様のご参加お待ちしております！

・今月から木曜日のカラオケを再開します。2回目のワクチン接種から2週間以上経過した方が対象となります。

