



# てんすい倶楽部

## 通所リハビリテーションだより

介護老人保健施設 てんすい倶楽部 TEL 0968-71-5600



### おやつ作り

#### 10月のテーマ・・・「秋の植物」

スッキリと青く澄みわたった雲ひとつない空の下、  
日頃の運動不足をおぎなう絶好のチャンス、  
体力に合わせて軽い運動から始めましょう。  
また10月は、1年の中で、夜空が澄みわたる月  
です。夜空を見上げて眺め、リフレッシュして下さい



#### ☆お知らせ☆

- 体力測定・・・期間 10月21日(月)～26日(土)に実施となります。**  
**前日は、十分な食事・睡眠を心がけ、動きやすい服装でご参加ください。**
- 利用当日の欠席連絡について・・・午前 8時頃の電話連絡にてお願いします。**



#### 10月の行事予定表

\*10月の花と花言葉・・・コスモス (少女の純潔・調和)

月	火	水	木	金	土
10月 10月 10月	1 創作活動 キャップホッケー	2 創作活動 輪投げ	3 創作活動 ラケットシュート	4 創作活動 カラオケ	5 創作活動 ボーリング
7 創作活動 カーリング	8 創作活動 頭の体操	9 創作活動 キャップホッケー	10 創作活動 書道 カラオケ	11 創作活動 折り紙・手芸	12 創作活動 輪投げ
14 創作活動 運動会	15 創作活動 運動会 絵手紙	16 創作活動 ボーリング	17 創作活動 運動会	18 創作活動 ボーリング 折り紙・手芸	19 創作活動 ラケットシュート
21 創作活動 体力測定	22 創作活動 体力測定	23 創作活動 体力測定	24 創作活動 体力測定 書道	25 創作活動 体力測定	26 創作活動 体力測定 俳句
28 創作活動 カラオケ	29 創作活動 横島湯担い節保存会	30 創作活動 魚釣りゲーム	31 創作活動 洋風生け花	10月も上記予定表通り楽しい活動を計画しております。 皆さまの来所をお待ちしております!!	

上記以外のカルチャー活動については日程が決まり次第、ご連絡いたします。