

11月のカレンダー

令和6年 土谷イサービスセンター大町

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
3	4 ボール体操 ポトル コロコロゲーム 【下肢・脳トレ】 マッサージ	5 重鎮運動 フリスビー 【上肢・集中力】 マッサージ	6 セラバンド体操 書道 【集中力】 マッサージ	7 棒体操 ひっぱれ ひっぱれ 【上下肢運動】 マッサージ	8 お手玉 スラッシュ 【上肢の運動】 マッサージ	9 セラバンド体操 ポトル コロコロゲーム 【下肢・脳トレ】 マッサージ
10	11 歌とピアノの コンサート マッサージ	12 ボール体操 スラッシュ 【上肢の運動】 マッサージ	13 重鎮運動 おむすび ころりん 【上肢の運動】 マッサージ	14 ハーモニカ コンサート マッサージ	15 棒体操 ピンポン玉 飛ばそう 【上肢・脳トレ】	16 ボール体操 ビンゴ 【頭の運動】 マッサージ
17	18 セラバンド体操 ひっぱれ ひっぱれ 【上下肢運動】 マッサージ	19 お手玉 ピンポン玉 飛ばそう 【上肢・脳トレ】 マッサージ	20 ボール体操 フリスビー 【上肢・集中力】 マッサージ	21 文化祭 マッサージ	22 セラバンド体操 秋ビンゴ 【頭の体操】 マッサージ	23 重鎮運動 ポトル コロコロゲーム 【下肢・脳トレ】
24	25 ボール体操 フリスビー 【上肢・集中力】 マッサージ	26 セラバンド体操 くねくね道 【上肢の運動】 マッサージ	27 重鎮運動 ビンゴ 【頭の運動】 マッサージ	28 ボール体操 ピンポン玉 飛ばそう 【上肢・脳トレ】 マッサージ	29 モアニ& フラメイツ マッサージ	30 重鎮運動 おむすび ころりん 【上肢の運動】 マッサージ

お誕生日おめでとうございます

※●●様：何事も何時も一生懸命に取り組まれますね。植木鉢の水やりいつもありがとうございます。草木も青々と喜んで茂ってますね。これからもステキな笑顔で元気に楽しく過ごして下さいね。

※●●様：●さんの優しい笑顔、ステキです！
少し足が痛いけど、頑張って運動にも取り組まれますね。これからも、明るい笑顔で楽しく過ごして下さいね。

※●●様：●さんの優しい笑顔が大好きです。
これからも足の力をつけるようしっかりリハビリ頑張っていきましょうね。いつまでもお元気でいて下さい。

元気に楽しい一年を過ごしましょうね

《 11月の催し・レクリエーション 》

※レクリエーションを予定しておりますが、その日の都合で、変更になる場合がありますのでご了承ください。

※11日（月）「歌とピアノのコンサート」があります。ステキな歌声をお楽しみください。

※14日（木）「ハーモニカコンサート」があります。懐かしいハーモニカの音色をお楽しみください。

※29日（金）「モアニ&フラメイツ」があります。ステキな歌と華麗なフラダンスをお楽しみ下さい。

【 11月21日木曜日 】

恒例の「文化祭」を開催します。

今年のテーマは『 わっはっは 』です。大きな口を開けていっぱい大笑いをするとうれしく元気が出ますね。

また、作品を展示させて頂きますので、**作品を募集します。**

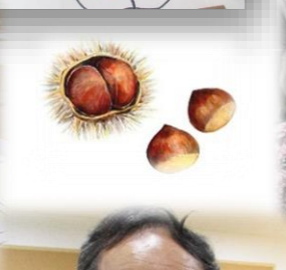
現在頑張られている作品や今までに作られた作品、何でも結構です。

皆さんが頑張って来られた事をドシドシ披露しましょう!!

10月の皆さんの笑顔フォト



十月の壁飾りは「こぶとり爺さん」です。芸は身を助ける・隣人をうらやむと結果損をするという教訓ですね。土谷デイの文化祭のこぶとり婆さんは、結果仲良く友情が芽生えていましたね。皆さんに手伝って頂きました。



皆さん楽しそうに作業に取り組まれていますね

かわいい松ぼっくりの作品が出来ました

「演歌堂」のボランティアが来て下さいました

