



今月のアクティビティ

月 火 水 木 金 土 日

1 14:30 外気浴 16:00 テレビ体操	2 14:30 OT元気の ホワイトボード脳トレ 16:00 健康イス体操	3 14:30 OT元気の棒体操 16:00 折り紙	4 14:30 X'masツリー 飾り付け X'mas飾り作り	5 14:30 OT小宮の ホワイトボード脳トレ 16:00 プレイケア講座★ 音楽健康講座	6 14:30 ペン習字 16:00 外気浴	7 14:30 大人の塗り絵
8 14:30 陶芸教室 15:45 陶芸教室	9 14:30 美温活 フィットネス 16:00 ハンドケア	10 14:30 OT元気の棒体操 16:00 カラオケ	11 14:30 OTの認知症予防 トレーニング 16:00 音楽リトミック	12 ナイトアクティビティ 14:30 コンパスさんの お料理教室 16:00 プレイケア講座★ 筋力アップ体操	13 14:30 シネマ・ソナーレ	14 14:30 パターゴルフ 16:00 脳トレ
15 14:30 OT元気の棒体操 16:00 ペン習字	16 14:30 歌のレッスン 16:00 カップinボール	17 14:30 水墨画教室 15:45 水墨画教室	18 14:30 OTの認知症予防 トレーニング 16:00 塗り絵	19 14:30 外気浴 16:00 プレイケア講座★ 音楽健康講座	20 運営懇談会 14:30 絵馬作り教室(2階) 15:45 絵馬作り教室(2階)	21 14:30 OT元気の棒体操 16:00 脳トレ
22 14:30 ストラック9 16:00 塗り絵	23 14:30 OTの認知症 予防トレーニング 16:00 風船バレー	24 ナイトアクティビティ 14:30 フラワーセラピー 教室 15:45 フラワーセラピー 教室	25 ボランティアネイル 14:00 X'masコンサート 16:00 音楽リトミック	26 14:30 OTの棒体操 16:00 プレイケア講座★ 免疫カアップ体操	27 14:30 外気浴 16:00 チェロ演奏会	28 14:30 ロジックラボ 16:00 折り紙
29 14:30 ペン習字 16:00 健康イス体操	30 14:30 水彩画	31 14:30 OT小宮の認知症 予防トレーニング 16:00 Diva安達 コンサート	9日 ：ハンドケア 爪切り、スタッフによるハンドマッサージ 12日 ：コンパスさんのお料理教室 ケーキバイキングをご用意しています。 ナイトアクティビティ 19:00～19:30にOTによる集団ハンドケア(2階サブダイニング) 20日 ：運営懇談会 14:00～16:00に1階グランドダイニングにて開催 (同刻には2階サブダイニングにて有料アクティビティを開催) 24日 ：ナイトアクティビティ 19:00～19:30お茶会(2階サブダイニング) ノンカフェインのお茶をご用意しています。 25日 ：音楽大学卒業の皆様によるX'masコンサート (14時開演になります) 31日 ：Diva安達 ケアスタッフ安達による歌謡ショー			

有料アクティビティのお知らせ

8日：陶芸教室 **2部は15:45から開始**いたします。
17日：水墨画教室 **2部は15:45から開始**いたします。
20日：絵馬づくり教室 **2階サブダイニングにて開催**いたします。
2部は15:45から開始いたします。
24日：フラワーセラピー教室 **2部は15:45から開始**いたします。
29日：書道教室 14：30からのみの開催となります

※有料アクティビティにご参加されない方向けに、塗り絵をご用意しています。
ご希望の方は、近くのケアスタッフまでお声掛けください。
※予定しているアクティビティは都合により変更する場合がございます。
予めご了承ください。

12月

December 2025

OT主催
全体向けセッション

【場所】

1Fグランドダイニング

2Fサブダイニング

【時間】

10:30～ (20分間)

11:30～ (20分間)

17:30～ (20分間)

【内容】

OTによるライブor動画
で行う健康体操