

MORE 2024年 12月 活動予定表

日	月	火	水	木	金	土		
1	2	3	4	5	6	7		
休み	健康 タオルエクササイズ	園芸 落ち葉拾い	健康 エアロビ	音楽 ミュージックケア	健康 筋肉体操	いきいき体操	休み	
	創作 クリスマス装飾	レクリエーション テーブルホッケー	リラクゼーション マッサージ・足湯など	個別	リラクゼーション コーヒー おっとつと			
8	9	10	11	12	13	14		
休み	園芸 落ち葉拾い	健康 タオル エクササイズ	健康 エアロビクス	健康 筋肉体操	中筋 サロン	音楽	忘年会	休み
	レクリエーション クリスマスソングで 何が出るかな？	リラクゼーション マッサージ・足湯など	創作 松ぼっくりツリー	個別				
15	16	17	18	19	20	21		
休み	園芸 落ち葉拾い	健康 タオル エクササイズ	健康 ボール送り	音楽 ミュージックケア	健康 エアロビクス	いきいき体操	休み	
	カラオケ	・ハンド マッサージ ・耳ツボ	リラクゼーション	創作 クリスマス装飾	音楽鑑賞 (カーサポルト 北条の海)	個別		リラクゼーション コーヒールマンド
22	23	24	25	26	27	28		
休み	DVD鑑賞	園芸 お正月飾り	健康 タオル エクササイズ	クリスマス会	いきいき 体操	調理 フルーツ サンド	もっともっとの会	休み
	リラクゼーション マッサージ・足湯など	創作 クリスマス装飾	お誕生日会		今年度 振り返り	コーヒー		
29	30	31						
休み	休み	休み	今年もお世話になりました。 来年は更にMOREでの時間が充実するように頑張ってお参ります。 良いお年をお迎えください。					