

MORE 2026年 7月 活動予定表

日	月	火	水	木	金	土			
			1	2	3	4			
			健康 タオル体操	中筋 サロン	健康 室内サッカー	いきいき体操	休み		
			創作 ひまわり	健康相談日 (川本先生)	個別	リラクゼーション コーヒー クッキー			
5	6 ヤクルト販売	7	8	9	10	11			
休み	園芸 多肉植物	健康 室内 ウォーキング	健康 星探し	音楽	中筋 サロン	健康 ストレッチ	いきいき 体操	調理 七夕ゼリー	休み
	個別		ウィズ 交流音楽	リラクゼーション	レクリエーション あっちこっち風船ゲーム	創作 ひまわり	リラクゼーション コーヒー		
12	13	14	15	16	17	18			
休み	園芸 多肉植物	健康 タオル体操	健康 ボール遊び	もっともっとの会	健康 ピンポン球 体操	いきいき体操	休み		
	レクリエーション ボウリング		創作 かき氷	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 チョコ リエール			
19	20 海の日	21	22	23 職員会	24	25			
休み	みんなと つながろう コンサート	個別	園芸 多肉植物	健康 タオル体操	音楽	DVD鑑賞	いきいき体操	休み	
	リラクゼーション マッサージ・足湯など		創作 かき氷	個別	リラクゼーション マッサージ・足湯など	お誕生日会 ミニサラダ			
26	27	28 パン販売	29	30 内部研修	31				
休み	園芸 多肉植物	健康 筋トレ	健康 室内ウォーキング	健康 ストレッチ	DVD鑑賞	いきいき体操	休み		
	レクリエーション テーブルホッケー		個別	わくわくデー	リラクゼーション マッサージ・足湯など	リラクゼーション コーヒー アイス クリーム			