

# 令和元年12月

## 上牧デイサービスセンター予定表

日	月	火	水	木	金	土
1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
カラオケ	輪投げ	体操	パネルシアター	3A	いきいき体操	歌体操

毎月2週目は体力測定週間です。(なるべく休まずお越し下さい)

8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日
カラオケ	体操	3A	書道	大正琴	大正琴	輪投げ
15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日
カラオケ	ハーモニカ	玉入れ	輪投げ	クリスマス行事	いきいき体操	3A
22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日
カラオケ	3A	輪投げ	歌体操	玉入れ	いきいき体操	体操

29日	30日	31日				
カラオケ	玉入れ	歌体操				



★歯科衛生士来所日のお知らせ★※都合により変更となる場合があります。  
 <嚥下体操・口腔ケアの日> 歯科衛生士による嚥下体操と口腔ケアを行います。  
 12月4日(水)、6日(金)、9日(月)、14日(土)、18日(水)、20日(金)、29日(日)  
 <口腔ケアの日> 嚥下体操実施日以外に歯科衛生士による口腔ケアを行います。  
 12月24日(火)

・ボランティアの方の都合で、予定が変更になる場合がございます。

### ※利用者様 空き情報 (曜日別)

日	月	火	水	木	金	土
○	△	○	△	○	△	○

◎=かなり空きあり ○=空きあり △=少し空きあり ×=空きなし

・定員に空きがある場合でも、ベットや特浴をご希望の場合はご相談させて頂く場合があります。

## 11月行事の様子



11月10日(日)に文化祭行事を行ないました。  
 午前は職員による「イス取りゲーム」や「これは何でショー」を楽しまれ、午後はボランティアによる民謡と踊りを楽しまれ文化祭の雰囲気堪能され、皆様大変盛り上がりしました。



### <1月の行事予定>

午前は正月にちなんだレクリエーションを行い  
 午後はボランティアによる大正琴の演奏の予定です。

### < 今月の季節の献立 >

12月も旬の食材や季節の料理を食べて、体の中から元気になりましょう!

※年中無休で営業しております!! (※元旦を除く)  
 急な変更や追加でのご利用も可能な限り対応させて頂きます  
 お気軽にお問い合わせください!!

上牧デイサービスセンター  
 TEL 072-683-7722 FAX 072-683-5011  
 担当者: 安村・河中