

令和5年1月の行事予定 アビリティ共生デイ R5.1月

日	月	火	水	木	金	土	
1 	2 お正月休み		3 	4 生活リハ アビテイ 新年会	5 趣味活 体力測定 WEEK 書き初め大会	6 ゲームリハ 絵馬づくり	7 バランス訓練 フライング 福笑い
8 筋トシ 新春 すごろく大会	9 手指トシ 体力測定 WEEK パターゴルフ	10 生活リハ ボッチャ 	11 趣味活 お年玉 ビンゴ大会	12 ゲームリハ 初詣に出掛けよう 	13 バランス訓練 漢字神経衰弱	14 筋トシ カーリング 	
15 手指トシ フライング 福笑い 	16 生活リハ パン作り 	17 趣味活 フレイル 予防体操教室	18 ゲームリハ オンライン旅行 へ行こう	19 バランス訓練 アビテイ サーキット	20 筋トシ 21 手指トシ DIYの日パート34 		
22 生活リハ 紙相撲大会 ~初場所~	23 趣味活 アビテイ サーキット	24 ゲームリハ 持ち帰りクラフト 	25 バランス訓練	26 筋トシ ドミノ倒し ゲーム	27 手指トシ フレイル 予防体操教室	28 生活リハ 紙飛行機 飛ばし大会	
29 趣味活 風船バスケット 	30 ゲームリハ 31 バランス訓練 壁画作り 		<p>あけましておめでとうございます。2022年はアビリティ共生デイをご利用頂き、ありがとうございました。年末年始、皆様はどのようにお過ごしでしたか？寒くて身体が動かしづらい時期ですが、一緒に体力づくりをしましょう♪ 引き続き手洗い・うがい・手指消毒・換気・栄養・水分補給をしっかり行い、新型コロナウイルスやインフルエンザなどの感染症に負けない身体づくりをしましょう。 今年も楽しみながら頑張ってください。</p>				



あけましておめでとうございます。2022年はアビリティ共生デイをご利用頂き、ありがとうございました。年末年始、皆様はどのようにお過ごしでしたか？寒くて身体が動かしづらい時期ですが、一緒に体力づくりをしましょう♪
引き続き手洗い・うがい・手指消毒・換気・栄養・水分補給をしっかり行い、新型コロナウイルスやインフルエンザなどの感染症に負けない身体づくりをしましょう。
今年も楽しみながら頑張ってください。