

令和4年

7月行事予定表

通所リハビリテーション
ハピネス椿



日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					モグラたたき 	リサイクルゲーム
3	4	5	6	7	8	9
	アクリヨー退散 	パターゴルフ 	クイズ! 画伯の名画? 	かさ DE 玉入れ 	ワタシハ誰デショー! 	タオルかけゲーム
10	11	12	13	14	15	16
	ホームラン競争 	ピン!パン! 	たくさん答えて 	おやつ作り 	射的 	ボトルバスケット
17	18 海の日	19	20	21	22	23
	特別企画 	輪投げ 	フリフリアミーゴ 	ボール脱出ゲーム 	テーブルコロコロ 	クイズ! 画伯の名画?
24	25	26	27	28	29	30
	ワタシハ誰デショー! 	アクリヨー退散 	お手玉ポイ! 	カーリング 	お誕生会 	バランス取りゲーム
31	<p>◎7月の行事</p> <p>14日(木) おやつ作り</p> <p>18日(月) 特別企画</p> <p>27日(水) 理美容の日</p> <p>今年の大暑は7月23日(土) まさに名の通り1年で最も暑い時期です。これから気を付けて欲しいのが「脱水症」 人の身体は約60%が水分であり、人は寝ている時だけでもコップ1杯分の水分を失っています 寝る前と起きた後にコップ1杯の常温のお水を飲みましょう!(冷たすぎると胃腸が冷やす原因にも...) 昼間の水分補給には塩分を含んだスポーツ飲料や経口補水液、麦茶もオススメです♪ 喉が渴いていなくても、時間を決めて定期的に水分補給する事が一番の脱水対策になります☆ 今年の夏の暑さもしっかりと水分を摂って、元気に乗り切るぞ~(*^^)v</p>					

※予定は事情により変更になる場合がございます。ご了承下さい。