



ほのかだより

11月号

令和5年11月1日発行

小規模多機能型ケアセンター
ほのか
玉野市 羽根崎町2番10号
0863-33-0710

もうすぐ立冬。朝夕の空気も冷たくなってきました。
日ごとに秋が深まり、山々も綺麗に色づいてきています。
空気も乾燥しています。水分補給、肌の保湿にも気をつけて
ほのかで元気に過ごしてくださいね！！



秋の遠足
淡川マリナ水族館に行ってきました。
皆さんの笑顔がたくさん見られました。
楽しかったですね！



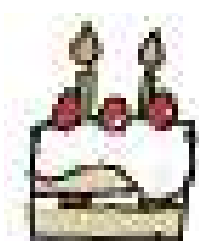
亀さん一緒に
長生きしようなー

HAPPY BIRTHDAY

お誕生日おめでとうございます。
いつまでもお元気で
ほのかにいらしてくださいね！



10月生まれ
の方々☆



行事予定



☆利用時間(通い) 9時15分～16時30分
 ☆毎日の予定 健康チェック 体温・血圧・脈拍測定
 8時30分頃～随時 ご自宅へお迎え
 10時～11時 集団体操 入浴
 11時～11時45分 脳トレ
 12時～ 昼食 口腔ケア
 13時30分～ レクリエーション 機能訓練
 15時～ おやつ
 15時30分～ 棒体操
 16時30分 退所



日	月	火	水	木	金	土
			1  脳トレ	2  習字	3  色塗り	4  クラフト
5 フリータイム	6  クイズ	7  クラフト	8  運動会	9  フィットネス	10  クラフト	11  脳トレ
12 フリータイム	13  歌レク	14  計算	15  クラフト	16  脳トレ	17  ゲーム	18  色塗り
19 フリータイム	20  カレンダー作り	21  カレンダー作り	22  カレンダー作り	23  カレンダー作り	24  クラフト	25  ゲーム
26 フリータイム	27  クラフト	28  クラフト	29  フィットネス	30  クラフト		

行事予定は、変更になる場合がありますので、ご了承くださいませ。詳細はスタッフより都度ご案内させていただきます。

是非、見学にお越しください。
 【見学時間】月～日 9時30分～16時
 お気軽にお問合せください。
 お待ちしております。

小規模多機能型ケアセンター
 ほのか
 玉野市羽根崎町2番10号
 ☎ 0863-33-0710
 担当：大政 佳子