



# ほのかだより

## 10月号

令和6年10月1日発行

朝・晩と涼しくなり、秋の風を感じる季節となりました。  
特に最近では朝晩の気温差が10度あったりしますので体調不良にならないように  
服装で調節したりして気をつけて下さい。

また、9月は敬老会やお月見といったイベントがあったと思いますが今月は  
運動会を計画していますので、楽しみにしておいて下さい。

今月も笑顔で元気にほのかへ来て下さい！



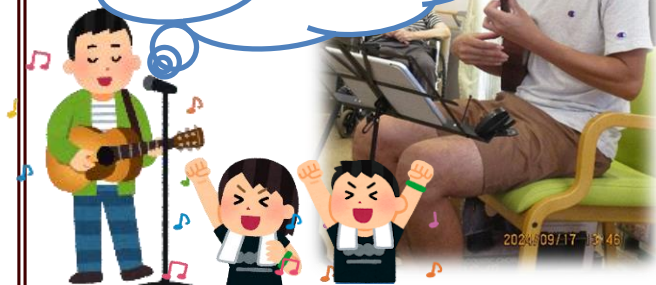
小規模多機能型ケアセンター  
ほのか  
玉野市 羽根崎町2番10号  
0863-33-0710



## お誕生日おめでとうございます



敬老の日に演奏に  
来て下さった  
ボランティアの方です！



# 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 色塗り	2 歌レク	3 健康教室	4 ゲーム	5 クイズ
6 フリータイム	7 習字	8 習字	9 ゲーム	10 クイズ フィットネス	11 歌レク	12 色塗り
13 フリータイム	14 運動会	15 クラフト	16 クラフト	17 クラフト	18 クラフト	19 クラフト
20 フリータイム	21 歌レク	22 カレンダー作り	23 カレンダー作り	24 カレンダー作り	25 漢字	26 脳トレ
27 フリータイム	28 色塗り	29 フィットネス	30 計算	31 ゲーム		

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ようお願いします。詳細はスタッフより都度ご案内させていただきます。

ほのか全体の公式instagramを開設しました♪ アカウント名は「honoka\_h.c」です。良ければ下記のQRコードから覗いてみてください！



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。



@HONOKA\_H.C

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：田中 由美