

# グループホーム みんなの家・西尾久

## 2025



毎日の体操  
 9:30~11:00 ALSOKあんしん体操・NOAエクササイズ・健康王国・歌  
 (13:00~14:00 日光浴や散歩・歌)  
 14:00~15:00 NOAエクササイズ・レクリエーションやイベント等  
 16:00~17:00 NOAエクササイズ・ALSOKあんしんヨガ・健康王国・歌

日	月	火	水	木	金	土
30	31	1 ぬいえ	2 合唱レク	3 旗揚げ	4 風船バレー	5 まごころ体操
6 棒サッカー	7 ベランダ散歩	8 お花見レク	9 陽活ノーマ	10 ぬいえ	11 書道レク	12 かるた大会
13 かるた大会	14 口腔ヨガ	15 お寿司の日	16 しおり作り	17 しおり作り	18 風船バレー	19 日向ぼっこレク
20 タオル体操	21 工作レク	22 工作レク	23 コンビニ移動販売	24 いきいきリズム	25 お寿司の日	26 オレンジカフェ
27 ベランダ散歩	28 旗揚げ	29 ビンゴ大会	30 合唱レク	1	2	3



グループホーム  
みんなの家西尾久  
ブログはこちらからどうぞ

