

通所リハビリテーション わくわく計画表

10月

令和7年

介護老人保健施設
清和苑

・入 所
・短期入所療養介護
・通所リハビリテーション
・訪問リハビリテーション
介護に関するご相談は TEL.0197-47-5601(直)



歌を歌うことで体の血流アップ！ストレス発散にもなります

月	火	水	木	金	土
 ...合唱 ...レク ...お楽しみ		1 鶏肉チーズ焼 ラジオ体操 上を向いて歩こう 壁画 仕上げ 色塗り	2 サバ南蛮焼 北国の春体操 高校三年生 壁画 仕上げ 色塗り	3 エビカツ 北国の春体操 高校三年生 壁画 仕上げ 色塗り	4 ロールキャベツ 北国の春体操 高校三年生 壁画 仕上げ 色塗り
6 栗ご飯 きよしのズンドコ節体操 二人は若い ストライクアウト	7 酢豚 きよしのズンドコ節体操 二人は若い ストライクアウト	8 五目卵焼き きよしのズンドコ節体操 二人は若い ストライクアウト	9 信田煮 健康体操 港町十三番地 輪投げ	10 お刺身 健康体操 港町十三番地 輪投げ	11 カレーライス 健康体操 港町十三番地 輪投げ
13 スポーツの日 彩りご飯 包み焼き 北国の春体操 リングの歌 壁画 ぶどう	14 千草焼 北国の春体操 リングの歌 壁画 ぶどう	15 鮭のマヨネーズ焼 北国の春体操 リングの歌 壁画 ぶどう	16 菜飯 だし揚げ豆腐 憧れのハワイ航路体操 星影のワルツ 壁画 ぶどう	17 しゅうまい野菜あん 憧れのハワイ航路体操 星影のワルツ 壁画 ぶどう	18 松風焼 憧れのハワイ航路体操 星影のワルツ 壁画 ぶどう
20 ひらすねぎ塩焼 健康体操 南部蟬しぐれ 壁画「鯉」	21 オムレツ 健康体操 南部蟬しぐれ 壁画「鯉」	22 ミートローフ 健康体操 南部蟬しぐれ 壁画「鯉」	23 お刺身 ラジオ体操 一杯のコーヒーから 壁画「鯉」	24 赤魚中華風 ラジオ体操 一杯のコーヒーから 壁画「鯉」	25 肉みそかけ ラジオ体操 一杯のコーヒーから 壁画「鯉」
27 カレーライス 秋の うんどう会	28 親子煮 憧れのハワイ航路体操 浪花節だよ人生は クイズ	29 さば竜田揚げ 憧れのハワイ航路体操 浪花節だよ人生は クイズ	30 八宝菜 きよしのズンドコ節体操 川の流れるように クイズ	31 チキンライス オムレツ きよしのズンドコ節体操 川の流れるように クイズ	

お知らせした内容で実施するよう務めますが、予定の変更やメニューが変わる場合があります