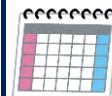



医療法人 河和会 介護老人保健施設 パークサイドなごみ
2025年11月


レクリエーション予定表

日	月	火	水	木	金	土
●11月7日【立冬】は「コカの日」● 冬の始まりとされる「立冬」になる事が多いことからコカの日が制定されました。コカにはポリフェノール、食物繊維、カリウム、マグネシウムなど多くの栄養素が含まれています。 《カカオとコカの違いって?》 同じカカオ豆からできていますが、作られる工程に違いがあるそうです。 カカオ…発酵させた豆を低温でローストし、粉末にしたもの。 コカ…発酵させた豆を高温でローストし、油脂のコカバターを取り除いて残った固形物を粉末にしたもの。			★ 200円、● 300円、◆ 500円の材料費を頂きます。 又、特別な催しに関して、参加費等頂くことがあります。 諸事情によって、予告なく内容が変更される場合があります。			1  映画鑑賞
2	3  おりがみ	4  リズム体操	5  ボンボンビニファー	6 カラオケ2階 ポンポンビニファー1・3階	7 入浴レク ベルガモットの湯!	8 民謡 ♪ミニコンサート♪
9  映画鑑賞	10  漢字プリント	11  まちがい探し	12  おやつレク たこ焼き!	13  ぬり絵	14 カラオケ3階 計算プリント1・2階	15  棒体操
16  テレビ体操	17  おりがみ	18 カラオケ1階 間違い探し2・3階	19  誕生日会★	20  リズム体操	21  漢字プリント	22  ぬり絵
23  映画鑑賞	24  おりがみ	25  ぬり絵	26  棒体操	27  カレンダー製作	28  壁画作り	29  壁画作り
30  壁画作り				 医療法人河和会	介護老人保健施設 パークサイド なごみ	〒546-0024 大阪市東住吉区公園南矢田3-19-12 TEL 06 - 6606 - 2211