



令和5年7月 健康習慣カレンダー



	日	月	火	水	木	金	土	1週間の合計
							1	分
体調								
運動・散歩時間 スタンプ								
	2	3	4	5	6	7	8	分
体調								
運動・散歩時間 スタンプ								
	9	10	11	12	13	14	15	分
体調								
運動・散歩時間 スタンプ								
	16	17	18	19	20	21	22	分
体調								
運動・散歩時間 スタンプ								
	23	24	25	26	27	28	29	分
体調								
運動・散歩時間 スタンプ								
	30	31						分
体調								
運動・散歩時間 スタンプ								

9:00~17:00の間に、ひがしやまホームへ来ていただけましたらカレンダーにスタンプを押します。土日祝日も対応いたしますので、いらしてください(*^-^*)