



令和5年9月 健康習慣カレンダー



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