

らくらす12月予定・体温測定表

月	火	水	木	金	土	日
			1 _____ ℃ 健康体操	2 _____ ℃	3 休 _____ ℃	4 休 _____ ℃
5 休 _____ ℃	6 _____ ℃	7 _____ ℃	8 _____ ℃ 音楽療法	9 _____ ℃	10 休 _____ ℃	11 休 _____ ℃
12 休 _____ ℃	13 _____ ℃	14 _____ ℃	15 _____ ℃ 健康体操	16 _____ ℃	17 休 _____ ℃	18 休 _____ ℃
19 休 _____ ℃	20 _____ ℃	21 _____ ℃	22 _____ ℃ おたのしみ会	23 _____ ℃	24 休 _____ ℃	25 休 _____ ℃
26 休 _____ ℃	27 _____ ℃	28 _____ ℃	29 _____ ℃	30 _____ ℃	31 _____ ℃	

らくらす1月予定・体温測定表

月	火	水	木	金	土	日
2 休 _____ ℃	3  _____ ℃	4 _____ ℃	5 _____ ℃ 健康体操	6 _____ ℃	7 休 _____ ℃	8 休 _____ ℃
9 休 _____ ℃	10 _____ ℃	11 _____ ℃	12 _____ ℃ 音楽療法	13 _____ ℃	14 _____ ℃	15 休 _____ ℃
16 休 _____ ℃	17 _____ ℃	18 _____ ℃	19 _____ ℃ 栄養講座	20 _____ ℃	21 休 _____ ℃	22 休 _____ ℃
23 休 _____ ℃	24 _____ ℃	25 _____ ℃	26 _____ ℃ おたのしみ会	27 _____ ℃	28 _____ ℃	29 休 _____ ℃
30 休 _____ ℃	31 _____ ℃	31 _____ ℃	毎日体温を測って、体調管理する 習慣をつけましょう			

