



1月の予定表



月

火

水

木

金

土

AM	 あけまして おめでとう ございます				 今年よろしく お祈りします		1	2
PM							4	5
AM	料理	卓球 気持ちと付き合う	ものづくり		ストレッチ 自主活動			
PM	元気ポケット	メンバーミーティング 自主活動	脳トレ! ナイトケア		メンバー企画			
AM	11	12	13	14	15	16		
PM		卓球 気持ちと付き合う 自主活動	ものづくり アートセラピー ナイトケア		ウォーキング 自主活動 DJタイム			
AM	18	19	20	21	22	23		
PM	料理	卓球 気持ちと付き合う 自主活動	ものづくり 脳トレ! ナイトケア		ストレッチ 自主活動 メンバー企画			
AM	25	26	27	28	29	30		
PM	料理	卓球 気持ちと付き合う 自主活動	ものづくり アートセラピー ナイトケア		DVD 自主活動			

料理の予定
1/4 お雑煮
1/18 豚キムチ
1/25 ピーマンの肉詰め

ものづくりの予定
1/6 福笑い
1/13 凧作り①
1/20 凧作り②+凧あげ
1/27 廃油せっけんを作ろう!

今月はくつろぎ会はありません
 年始は1月4日より開所します