



月



火

1月の予定表

水

木

金



土



AM			1		3	4
PM						
AM	6 料理	7 卓球	8 ものづくり		10 ストレッチ	11 卓球
PM	初もうで	茶話会	ティータイム ナイトケア		茶話会	茶話会
AM	13 料理	14 卓球	15 ものづくり		17 ストレッチ	18 軽食会 (カレー)
PM	茶話会	茶話会	ティータイム ナイトケア		茶話会	モルック
AM	20 料理	21 卓球	22 ものづくり		24 ストレッチ	25 ポッチャ
PM	茶話会	茶話会	ティータイム ナイトケア		茶話会	メンバーミーティング
AM	27 料理	28 卓球	29 ものづくり		31 片付け	
PM	茶話会	茶話会	ティータイム ナイトケア		カラオケ	

くつろぎ会は

おやすみです

★料理の予定

6日 お雑煮

13日 てんぷら

20日 酢豚

27日 鮭のごまみそ焼き

★ナイトケアの予定

8日 ちらしずし

15日 親子丼

22日 あんかけ焼きそば

29日 とんかつ

ものづくり

8日 書き初め

15日

お絵描きホットケーキ

22日 パステルアート

29日 羊毛フェルト