

1月の予定表

月 火 水 木 金 土



AM	12月30日～1月4日は年末年始のお休みです 1月5日より開所します。2026年もどうぞよろしくお願いいたします					
PM						
AM	5 料理 お雑煮	6 卓球	7 ものづくり		9 ストレッチ	10 卓球
PM	初もうで	茶話会	ティータイム		脳トレ	茶話会
AM	12 成人の日	13 卓球	14 ものづくり		16 さんぽ	17 ものづくり (染めもの)
PM		茶話会	ティータイム		ひだまり	茶話会
AM	19 料理	20 卓球	21 ものづくり		23 ストレッチ	24 おかしづくり (わらびもち)
PM	茶話会	茶話会	ティータイム		脳トレ	メンバーミーティング 茶話会
AM	26 料理	27 卓球	28 ものづくり		30 片付け	31 卓球
PM	茶話会	茶話会	ティータイム		カラオケ	ららぽーと (さんぽ)

くつろぎ会は
おやすみ です

★料理
5日 お雑煮
19日 おでん
26日 野菜たっぷりのミルク汁

★ナイトケア
7日 かぼちゃコロック、豚汁
14日 ロコモコ風定食
21日 酢豚
28日 おさかな定食

食べるだけ参加もOKです

ものづくり
7日 書き初め
14日 パステルアート
21日 福笑い
28日 フェルト細工

