



# 1月 テイケアプログラム

迎春

月	火	水	木	金	土
			1	2	3
新年あけましておめでとうございます。 本年もどうぞよろしくお願ひいたします！					
1月6日(火)は柳田神社へ初詣に行きます。 当日は昼食を食べた後、12:15頃に出発予定です。 みなさんの参加お待ちしております。					
5	6	7	8	9	10
書道	足湯	ストレッチ体操	茶道/生け花	ゲーム	
趣味/サークル	初詣(柳田神社)	心理教室/趣味	陶芸/趣味	カラオケ/趣味	
12 <b>成人の日</b>	13	14	15	16	17
	卓上ゲーム	頭の体操	リラクセーション/趣味	創作	switch sports
	SST	心理教室/趣味	革細工/趣味	カラオケ/趣味	映画鑑賞/趣味
19	20	21	22	23	24
卓球	ペタンク	絵画	カレンダー作り	ストレッチ体操	
趣味/サークル	SST	心理教室/趣味	陶芸/趣味	カラオケ/趣味	
26	27	28	29	30	31
頭の体操	足湯	卓球	リラクセーション/趣味	ボッチャ	
ペタンク大会	料理	趣味/サークル	革細工/趣味	カレンダー作り	