

2021年1月プログラム

	午前			午後	
1 金	お休み(元旦)				
4 月	デイケア開き(紅白観賞、甘酒、書き初めなど)				
5 火	デイケア開き(トランプ、卓球、カラオケなど)				
6 水	ストレッチ	フリープログラム	リワーク	TV鑑賞会	リワーク
7 木	ヨガ友	フリープログラム	リワーク	生活習慣病予防教室(SYK)	
8 金	ミニゲートボール	フリープログラム	リワーク	手芸の会	リワーク
11 月	お休み(成人の日)				
12 火	音楽鑑賞	フリープログラム	カラオケ		
13 水	ストレッチ	フリープログラム	リワーク	サロンde歩夢	リワーク
14 木	ミニゲートボール	フリープログラム	リワーク	卓球	
15 金	ゲートボール	フリープログラム	リワーク	もちを食べよう!	リワーク
18 月	スポーツ	フリープログラム	リワーク	脳トレ(書き写し)	リワーク
19 火	カレーの日(カツカレー)	フリープログラム	カラオケ		
20 水	ミニゲートボール	フリープログラム	リワーク	ゲートカーリング	リワーク
21 木	ヨガ友	フリープログラム	リワーク	生活習慣病予防教室(SYK)	
22 金	お菓子作り	フリープログラム	リワーク	試食会&ミーティング	リワーク
25 月	スポーツ	フリープログラム	リワーク	脳トレ(パズル系)	リワーク
26 火	カラオケ&卓球	フリープログラム	初詣(白山神社)		
27 水	ヨガ友	フリープログラム	リワーク	サロンde歩夢	リワーク
28 木	ストレッチ	フリープログラム	リワーク	TV鑑賞会	
29 金	ゲートボール	フリープログラム	リワーク	手芸の会	リワーク

※調理・お菓子作り・DVD等の詳細については掲示板をご覧ください。
 ※プログラムは都合により変更となる場合があります。