

2019

1月のプログラム

日	月	火	水	木	金	土
		1 元日	2	3	4 初詣 正月遊び	5 ボードゲーム お茶会
6	7 創作活動 カラオケ	8 バイタルチェック 書初め/南区図書館	9 ストレッチ体操 パソコン(カード作り)	10 園芸 バランスゲーム	11 あすなる会 SST(振り返り)	12
	13	14 成人の日	15 ウェルネス体操 カラオケ	16 ストレッチ体操 手芸/卓球	17 園芸 ゲーム(Wii)	
20	21 創作活動 カラオケ	22 バイタルチェック ウォーキング(マックスバリュ) /Wiiミニゲーム	23 ストレッチ体操 風船バレー	24 園芸 ゲーム(ペタンク)	25 あすなる会 SST(ロールプレイ)	26
	27	28 創作活動 カラオケ	29 ウェルネス体操 デザートの会	30 ストレッチ体操 チャレンジミュージック	31 園芸 卓球/絵画	

【お知らせ】

☆お正月休みは1月3日までです