## 1月のプログラム表

| AM APPY   PM APPY   EW BEW   AM 音楽鑑賞   まーティング 脳トレ   創作活動 自主活動   カラオケ カラオケ   AM 現日のため お休み 音楽鑑賞   カラオケ スポーツ ティーパーティ 音楽鑑賞   大判焼 20   AM 脳トレ   高牌ペン習字 自主活動 よりササイズ   かる エクササイズ カラオケ   ないこと 数迎会   ないこと ないこと   ないこと ないこと   ないこと ないこと   ないこと ないこと   ないこと ないこと   ないこと カラオケ   ないこと ないこと   ないこと |      | 月      | 火            | 水       | <b>木</b> | <b>金</b><br>3 |   |
|--|------|--------|--------------|---------|----------|---------------|---|
| FAR     AM   音楽鑑賞   3   10     AM   音楽鑑賞   シーティング   脳トレ   創作活動   自主活動     AM   財酒   スポーツ   カラオケ   ボンササイズ   かる エクササイズ   おく 大瀬焼     AM   おいよの目   カラオケ   スポーツ   ティーパーティ 音楽鑑賞   大判焼   シース焼きそば   小理療法   創作活動     PM   創作ペン習字   自主活動   エクササイズ   カラオケ   みたらしだんに シース カラオケ   みたらしだんに 27   28   29   30   31   | AM   | *      | HA           | PPY     | _        | 3             |   |
| AM   音楽鑑賞   宝体<br>ミーティング   脳トレ   創作活動   自主活動     PM   新年会<br>甘酒   スポーツ   カラオケ   インササイズ   初間<br>永谷天満室     AM   祝日のため<br>お休み   音楽鑑賞   グループトーク   脳トレ   絵手紙     PM   加速の   カラオケ   スポーツ   ティーパーティ<br>大判焼   音楽鑑賞   大判焼     AM   脳トレ   音楽鑑賞   心理療法   創作活動     PM   創作ペン習字   自主活動   エクササイズ   カラオケ<br>みたらしだんご     27   28   29   30   31  | PM   |        |              | AR      |          | •             |   |
| PM   新年会   スポーツ   カラオケ   がある エクササイズ   初記 永谷天満室     13   14   15   16   17     AM   祝日のため お休み 音楽鑑賞   グループトーク 脳トレ 絵手紙     PM   カラオケ   スポーツ ティーパーティ 音楽鑑賞   大判焼 ② 24     AM   脳トレ 音楽鑑賞   小理療法 創作活動     PM   創作ペン習字   自主活動 エクササイズ カラオケ みたらしだんご みたらしだんご 31     27   28   29   30   31  |      | 6      | 7            | 8       | 9        | 10            |   |
| PM 新年会 スポーツ カラオケ 加速   AM 祝日のため お休み 音楽鑑賞 グループトーク 脳トレ 絵手紙   PM 成人の日 カラオケ スポーツ ティーパーティ 音楽鑑賞 大判焼   PM 脳トレ 調理 音楽鑑賞 小理療法 創作活動   PM 創作ペン習字 自主活動 エクササイズ カラオケ みたらしだんご みたらしだんご 3   27 28 29 30 31  | AM   | 音楽鑑賞   | 全体<br>ミーティング | 脳トレ     | 創作活動     |               | , |
| 13 14 15 16 17 17 18 18 19 16 17 17 18 18 18 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19  | PM • |        | スポーツ         | カラオケ    |          |               |   |
| AM 祝日のため お休み 音楽鑑賞 グループトーク 脳トレ 絵手紙   PM カラオケ スポーツ ティーパーティ 音楽鑑賞 大判焼 20 21 22 23 24 大判焼 ② 24 24   AM 脳トレ 調理 音楽鑑賞 小理療法 創作活動 フース焼きそば カラオケ みたらしだん。 37 27 34 35 31 かみらしだん。 31 31  |      |        |              |         |          | 永谷天満宮         |   |
| AM お休み 自業監員 グルーノトーグ 超トレ ディーパーティ 音楽鑑賞   大判焼 20 21 22 23 24   AM 脳トレ 音楽鑑賞 心理療法 創作活動   PM 創作ペン習字 自主活動 エクササイズ かラオケ みたらしだんご   27 28 29 30 31  |      | 13     | 14           | 15      | 16       | 17            |   |
| PM   成人の目   カラオケ   スポーツ   音楽鑑賞     大判焼   20   21   22   23   24     AM   脳トレ   調理   音楽鑑賞   心理療法   創作活動     ソース焼きそば   カラオケ   な迎会     エクササイズ   カラオケ   みたらしだんご     27   28   29   30   31   | AM   |        | 音楽鑑賞         | グループトーク | 脳トレ      | 絵手紙           |   |
| AM   III   | PM   | 成人。日   | カラオケ         | スポーツ    |          | 音楽鑑賞          |   |
| AM 脳トレ 調理 音楽鑑賞 心理療法 創作活動   PM 創作ペン習字 自主活動 かる<br>エクササイズ カラオケ みたらしだんご   27 28 29 30 31   |      |        | 21           | 22      |          | 24            |   |
| PM 創作ペン習字 自主活動 ゆる エクササイズ カラオケ   27 28 29 30 31   | AM   |        |              |         |          |               |   |
| PM 創作ペン習字 自主活動 取る<br>エクササイズ カラオケ<br>みたらしだんご   27 28 29 30 31   |      |        | ソース焼きそば      |         |          |               |   |
| みたらしだん。<br>27 28 29 30 31  | PM   | 創作ペン習字 | 自主活動         |         | カラオケ     | 歓迎会           |   |
|  |      |        |              |         |          | みたらしだんご       | K |
| AM 創作活動 グループトーク 自主活動 音楽鑑賞 脳トレ  |      | 27     | 28           | 29      | 30       | 31            | 1 |
|  | AM   | 創作活動   | グループトーク      | 自主活動    | 音楽鑑賞     | 脳トレ           |   |
| PM 絵手紙 プライン ファイン カラオケ ショートケーキ  | PM   | 絵手紙    |              |         | スポーツ     | カラオケ          |   |

<sup>※</sup> プログラムは都合により変更となることがあります。※ プログラムは自由参加です。プログラム表に記載がない日でも、「自主活動」をご希望の場合は スタッフまでお気軽にご相談下さい。