

# 1月のプログラム表

	月	火	水	木	金
				1	2
AM					
PM					
	5	6	7	8	9
AM	音楽鑑賞	全体ミーティング	脳トレ	創作活動	自主活動
PM	新年会 甘酒orおしるこ	スポーツ	カラオケ	ゆるエクササイズ	初詣 永谷天満宮
	12	13	14	15	16
AM	祝日のためお休み	音楽鑑賞	グループトーク	脳トレ	心理療法
PM	成人の日	カラオケ	ティーパーティ シュークリーム	絵手紙	ゆるエクササイズ
	19	20	21	22	23
AM	調理 ホットケーキ	創作活動	音楽鑑賞	自主活動	脳トレ
PM	自主活動	スポーツ	ゆるエクササイズ	新春かくし芸大会 ドーナツ	カラオケ
	26	27	28	29	30
AM	脳トレ ゆるゆるエクササイズ	グループトーク	絵手紙	音楽鑑賞	創作活動
PM	カラオケ	ティーパーティ すあま	スポーツ	心理療法 SST	音楽療法

※ 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。