

MORE 2023年1月 活動予定表

日	月	火	水	木	金	土	
1	2	3	4	5	6	7 開所日	
休み	休み	休み	初詣	音楽 (ミュージックケア)	健康 (ゆっくり体操)		カラオケ
			新年会	個別 (個別ウォーキング・足湯等)	いきいき体操 & コーヒークラブ	おやつ (ぜんざい)	リラクゼーション (足湯・マッサージなど)
8	9 成人の日	10	11	12	13	14	
休み	園芸 (正月飾り 片付け)	健康 (ドライブ・ 室内運動)	健康 (エアロビ)	健康 (ウォーキング)	音楽 (ミュージックケア)	健康	休み
	調理 (紅白蒸 しパン)	レクリエーション (カローリング)	リラクゼーション (足湯・マッサージなど)	創作 (姫だるま作り)	個別 (足湯 DVD 塗り絵など)	いきいき体操 & コーヒークラブ	
15	16	17 パン販売	18	19	20 職員会	21	
休み	園芸 (土作り)	健康 (室内 ウォーキン グ)	健康 (エアロビ)	健康 (ウォーキング)	音楽 (ミュージックケア)	いきいき体操 (ラジオ体操・歌体操)	
	レクリエーション (風船バレー)	リラクゼーション (足湯・手浴など)	創作 (バレンタインに向けて)	個別 (足湯 DVD 塗り絵など)	DVD	おやつ (どらや き)	休み
22	23	24	25	26	27	28 開所日	
休み	園芸 (木工)	健康 (室内ウォーキン グ)	健康 (エアロビ)	健康 (ウォーキング)	音楽 (ミュージックケア)	いきいき体操 (ラジオ体操・歌体操)	
	レクリエーション (ボウリング)	リラクゼーション (足湯・手浴など)	創作 (習字)	個別 (足湯 DVD 塗り絵など)	お誕生日会 おやつ(じゃがりこ)		リラクゼーション (足湯・マッサージなど)
29	30	31					
休み	園芸 (木工)	健康 (ウォーキン グ)	大掃除				
	もっともっとの会	リラクゼーション (足湯・手浴など)					