

MORE 2024年 1月 活動予定表

日	月	火	水	木	金	土	
	1	2	3	4	5	6	
	休み	休み	休み	初詣	初詣 健康 (ボール送り)	DVD鑑賞	
				新年会	初詣 コーヒー おやつ (ぜんざい)	リラクゼーション (マッサージ・足湯など)	
7	8 成人の日	9	10	11	12	13	
休み	園芸 (正月飾り 片付け)	健康 (タオル体操)	音楽 (ミュージックケア)	健康 (エアロビクス)	園芸 (スナップ エンドウ)	健康 (タオル体操)	休み
	いきいき体操	リラクゼーション (マッサージ・足湯など)	レクリエーション (風船バトミントン)	和太鼓教室	創作 (節分作品)	いきいき 体操	
14	15	16 パン販売	17	18	19	20	
休み	園芸 (土作り)	健康 (ボール送り)	健康 (エアロビクス)	音楽 (ミュージックケア)	創作 (ハート作品)	健康 (タオル体操)	休み
	調理 (黒豆蒸しパン)	レクリエーション (身体を動かしましょう)	個別 (ハートの作品作りなど)	リラクゼーション (マッサージ・足湯など)	健康 (ボール送り)	いきいき体操	
21	22	23 職員会	24	25	26	27	
休み	園芸 (土作り)	創作 (つばき)	DVD鑑賞	健康 (エアロビクス)	音楽 (ミュージックケア)	いきいき体操	園芸 (球根植え)
	備蓄食 準備	健康 (タオル体操)	リラクゼーション (マッサージ・足湯など)	レクリエーション (カラオケ)	もっともっとの会	お誕生日会 (ロールケーキ)	リラクゼーション (マッサージ・足湯など)
28	29	30 内部研修	31				
休み	園芸 (球根植え)	健康 (タオル体操)	DVD鑑賞	音楽 (ミュージックケア)			
	個別 (絵画など)	リラクゼーション (マッサージ・足湯など)	大掃除				