

# デイケア 花みずき 1月活動予定

日	月	火	水	木	金	土
				1 元旦	2 お正月休み	3 お正月休み
4	5 AM:軽スポーツ PM:カードゲーム	6 AM:散歩・創作 PM:レクリエーション リズム体操	7 AM:散歩・園芸 PM:レクリエーション 頭の体操	8 AM:軽スポーツ PM:書道クラブ (新年の抱負)	9 AM:散歩・創作 PM:テーブルゲーム エアロビ体操	10 AM:軽スポーツ PM:映画鑑賞
11	12 AM:軽スポーツ PM:カードゲーム	13 AM:散歩・園芸 PM:レクリエーション 頭の体操	14 AM:散歩・創作 PM:テーブルゲーム ストレッチ体操	15 AM:軽スポーツ PM:レクリエーション 介護予防体操	16 AM:散歩・創作 PM:テーブルゲーム 回想法	17 AM:軽スポーツ PM:映画鑑賞
18	19 AM:軽スポーツ PM:カードゲーム	20 AM:散歩・創作 PM:レクリエーション 頭の体操	21 AM:散歩 PM:レクリエーション 頭の体操	22 AM:散歩・創作 PM:テーブルゲーム リズム体操	23 AM:散歩・園芸 PM:レクリエーション 頭の体操	24 AM:軽スポーツ PM:映画鑑賞
25	26 AM:軽スポーツ PM:カードゲーム 頭の体操	27 AM:散歩・園芸 PM:レクリエーション 介護予防体操	28 AM:散歩・創作 PM:テーブルゲーム	29 AM:散歩・創作 PM:テーブルゲーム リズム体操	30 AM:散歩・園芸 PM:レクリエーション 頭の体操	31 AM:軽スポーツ PM:映画鑑賞

2026.1