

デイケア「桜の咲く丘」
♪ 1月のプログラム ♪

2023年1月

	月	火	水	木	金	土
午前	2 お休み (年始のため)	3 お休み (年始のため)	4 書き初め	5 続けてみよう 自主活動	6 IMR 疾病管理とリハビリ	7 木工活動
午後			お正月太り解消 エクササイズ!	お正月遊びと ぜんざいを楽しむ会	初詣に行こう!	
午前	9 お休み (成人の日)	10 身体測定	11 年明けうどん づくり	12 続けてみよう 自主活動	13 IMR 疾病管理とリハビリ	14 歌を歌おう♪
午後		モルックを やってみよう	ゆっくり 茶~ずで~ ちや~ずで~	絵を描こう ~新年版~	ノツ・ササイズ ~沖縄エイサー踊り~	
午前	16 ウェルネス クラブ	17 モーニング エクササイズ	18 年頭の種まき	19 続けてみよう 自主活動	20 IMR 疾病管理とリハビリ	21 仕事に ついて 語り合う会
午後	鶴OTと オリジナルカルタを作ろう	火曜トーク! Talk!	今井OTのリベンジ企画	ヨガ療法 ~外部講師~	卓球	マイペース サロン
午前	23 ウェルネス クラブ	24 軽スポーツ	25 デイケアミーティング	26 マイペース サロン	27 IMR 疾病管理とリハビリ	28 卓球
午後	オリジナルカルタで遊ぼう	頭の体操	心のエクササイズ	寒中スポーツ大会 ~運動公園へ外出~ ※1時までに来所してください	バドミントン ~運動公園へ外出~ ※1時までに来所してください シューズがある方は持参ください	
午前	30 ウェルネス クラブ	31 モーニング エクササイズ				
午後	何でも話せる会	Enjoy Music				

☆急に予定が変更になる場合があります。ご了承ください。
☆色付きのプログラムはメンバー固定です。
☆体育館のプログラムでは、体育館シューズのご持参をお願いします。