



1月活動予定表



	日	月	火	水	木	金	土
	12月29日	12月30日	12月31日	1	2	3	4
午前				休日			脳トレ・体操
午後							癒しの時間
おやつ後							書道
	5	6	7	8	9	10	11
午前	休日	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操
午後		癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間
おやつ後		チェアーヨガ 認知症予防の体操	すごろくゲーム 認知症予防の体操	唱歌カルタ 認知症予防の体操	書道 認知症予防の体操	☆個別趣味活動 認知症予防の体操	パターゴルフ 認知症予防の体操
	12	13	14	15	16	17	18
午前	休日	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操
午後		癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間
おやつ後		書道 認知症予防の体操	新年会 認知症予防の体操	新年会 認知症予防の体操	個別趣味活動 認知症予防の体操	ひよっこバンド 認知症予防の体操	絵手紙 認知症予防の体操
	19	20	21	22	23	24	25
午前	休日	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操
午後		癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間
おやつ後		ポケネット 認知症予防の体操	わくわく絵本 認知症予防の体操	個別趣味活動 認知症予防の体操	フラダンス 認知症予防の体操	マジックショー 認知症予防の体操	学生マジックショー 認知症予防の体操
	26	27	28	29	30	31	2月1日
午前	休日	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操	
午後		癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	
おやつ後		テーブルゲーム 認知症予防の体操	☆茶道 認知症予防の体操	洗濯物干しゲーム 認知症予防の体操	☆華道/DVD 認知症予防の体操	おやつ作り 認知症予防の体操	

☆新年会☆
新しい年を迎え、今年も一年、明るく笑ってお過ごして頂けるよう、楽しいイベントを準備しております！お楽しみに☆
1/14(火)
南京玉すだれ
1/15(水)
みんなで歌おう会



☆おやつ作り☆
今回は「白玉風お汁粉」を作ります！甘くて美味しいお汁粉で、心も体もホット、温めましょう～。
開催日1/31(金)
2/1(土)



☆書道☆
1月中に「ふれあい書道展」の作品募集があります。ご希望が多く、出展される方が多いので、書道の活動を多く取っております。是非ご参加ください。

☆ご挨拶☆

皆様、新年明けましておめでとうございます！いつも練馬テイサービスセンターをご利用頂き、誠にありがとうございます。皆様に楽しんで頂けるテイサービスを目指して、今年も一年、職員チーム一丸となって頑張ります！本年もどうぞよろしくお願い致します！
※1/1～1/3日は休業日となっておりますので、ご利用日をお間違えにならないよう、ご注意ください☆