

2026年1月 活動予定表

日曜	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1 休館	2 休館	3 休館
4 休館	5	6	7	8	9	10
	10:05 ウォーキング	10:05 ウォーキング	10:05 ウォーキング			10:05 ストレッチ
	14:00 初詣(是法神社)	14:00 音楽鑑賞	14:00 双六・カードゲーム	14:00 ペットボトルモルック	14:00 書初め/塗り絵	
11 休館	12 休館	13	14	15	16	17
	10:05 ウォーキング	10:05 ウォーキング	10:05 ウォーキング			10:05 カードゲーム
	14:00 ペットボトルボーリング	14:00 音楽鑑賞	10:05 ストレッチ	14:00 クイズの時間		
18 休館	19	20	21	22	23	24
	10:05 ウォーキング	11:00 街角グルメ	10:05 ウォーキング			10:05 音楽鑑賞
	14:00 ラダーゲッター	14:00 メンバーミーティング	15:00 カードゲーム	14:00 ラダーゲッター	14:00 ストレッチ	
25 休館	26	27	28	29	30	31
	10:05 ウォーキング	10:05 ウォーキング	10:05 ウォーキング			10:05 カードゲーム
	14:00 ボッチャ	14:00 音楽鑑賞	14:00 ボッチャ	14:00 創作	14:00 クイズの時間	

※毎日10時より、ラジオ体操をやっています。