



あさひの家



1月予定表

TEL 0566-76-5299

日		月		火		水		木		金		土			
1		2		3		4		5		6		7			
A M	お休み	お休み		お休み		 みんなでカルタ		新春書初め大会		お休み		正月太り解消 エクササイズ めだかのお世話		トランプ・麻雀大会	
P M															
8		9		10		11 ナイトのない日		12		13		14			
A M	お休み	お休み		簡単！椅子で筋トレ		絵馬づくりをしよう♪		お休み		座談会					
P M				カラダスコヤカ	ぼちぼちカフェでお茶をしよう	体育館でリフレッシュ！ ～ソフトバレーボール～				スポーツジムで運動					
15		16		17		18		19		20		21			
A M	お休み	話し合い		大人の塗り絵		院外活動 【おちよぼ稲荷】		お休み		脳トレチャレンジ！					
P M		凧あげ		園芸 (じゃがいも土づくり)						ジャジーな♪ ドリップdeコーヒー					
22		23		24		25 ナイトのない日		26		27		28			
A M	お休み	話し合い		ボードゲームしよう		トランプ大会		お休み		ゆったり散歩					
P M		公園でモルック♪		バッティングセンター		体育館でリフレッシュ！				麻雀大会				ぼちカフェでお茶をしよう	
29		30		31		* デイケアでは、午前と午後にそれぞれプログラムを実施しています。 (午前10:30～11:30頃、午後13:00～15:00頃) * プログラム以外でも、3F作業療法室にて、陶芸・革細工・木工DIY・手芸各種、その他の活動を行っています。 (気分転換・趣味の確立・楽しみ・暇つぶし・人との交流・ストレス発散・集中力の向上等) * 健康トレーニングルームあります。									
A M	お休み	話し合い		みんなでパズル											
P M		ゆったり散歩		名作劇場あさひ 【E.T.】											