

2026年 令和 8年 1月 デイケアあいこう 月間予定表

日付	9:30～11:30			13:00～15:00			15:00～15:30
1日（木）	<div>謹賀新年</div> <div>今年もよろしくお祈りします</div>						
2日（金）							
3日（土）							
4日（日）							
5日（月）	ミーティング	話し合い・農園	昼食	初詣「十市 金毘羅さん」			ミーティング 掃除
6日（火）		農園・自主活動		毛筆（書初め）・音楽鑑賞			
7日（水）	休み						
8日（木）	ミーティング	ストレッチ（棒体操）	昼食	いのサニーマート			ミーティング 掃除
9日（金）		農園・ショッピング		スポーツ			
10日（土）		農園・奉仕作業		映画鑑賞・カラオケ・麻雀			
11日（日）	休み						
12日（月）	休み						
13日（火）	ミーティング	ストレッチ（100歳体操・ビリー）	昼食	リラクゼーション・散歩			ミーティング 掃除
14日（水）		健康教室		春野運動公園deモルック			
15日（木）		木曜日市・自主活動		硬筆・音楽鑑賞			
16日（金）		農園・ショッピング		スポーツ			
17日（土）		農園・奉仕作業		映画鑑賞・カラオケ・麻雀			
18日（日）	休み						
19日（月）	ミーティング	農園・自主活動	昼食	音楽鑑賞・散歩・料理買い出し			ミーティング 掃除
20日（火）		料理教室・農園		陶芸			
21日（水）	休み						
22日（木）	ミーティング	ストレッチ（健康体操）	昼食	生花・茶道・誕生日会			ミーティング 掃除
23日（金）		男の料理教室・ショッピング		スポーツ			
24日（土）		農園・奉仕作業		映画鑑賞・カラオケ・麻雀			
25日（日）	休み						
26日（月）	ミーティング	農園・自主活動	昼食	カラオケ（文化交流会リハーサル）			ミーティング 掃除
27日（火）		ストレッチ（100歳体操・ビリー）		イオン			
28日（水）		文化交流会準備	文化交流会（グリーンホール12時開場）				
29日（木）		優しい料理教室・木曜日市	昼食	音楽鑑賞・散歩			ミーティング 掃除
30日（金）		農園・ショッピング		スポーツ【デイケアボッチャ大会】			
31日（土）	休み						

新年あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願いします。

1月は14日・28日の水曜日にデイケアがあります。お間違えないようにお願いします。

※プログラムが当日に変更になる場合があります。ご了承ください。

初売りの 鯛や平目は 売れ残る 『土佐3』