



令和8年

1月 プログラム予定表

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|----|-----------------|-----------------|---|-------------|-----------------|
| 日 | | | | 1 | 2 |
| AM | | | | | |
| PM | | | | | |
| 日 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| AM | ウォーキング (初詣) | 絵画 | 音楽鑑賞 | 創作 | 料理 (お汁粉) |
| PM | カラオケ | レク (正月遊び) | 書道 | 脳トレ (音読) | レク (卓球) |
| 日 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| AM | | 音楽鑑賞 | 脳トレ | 創作 | 絵画 |
| PM | | WRAP | 共同制作 (ドア飾り2月) | ウォーキング | シネマ |
| 日 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| AM | 創作 | 体操 | ガーデニング (年間予定計画) | カラオケ | 創作 (新聞バック作り) |
| PM | 美文字 | お楽しみ会 (たこ焼き) | レク (各種ゲーム) | 絵画 | 脳トレ (音読) |
| 日 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| AM | 脳トレ | 創作 | 絵画 | 創作 | 音楽鑑賞 |
| PM | レク (卓上ボウリング) | IMR | シネマ | 体操 | レク (ボッチャ) |
| 日 | | | <p>※土曜日、日曜・祝日はお休みです ティケアセンター・ソレイユ</p> | | |
| AM | | | <p>ティケアセンター・ソレイユ</p> | | |
| PM | | | <p>ティケアセンター・ソレイユ</p> | | |

