



すこやかさん 1月の予定



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	休業 	新春福笑い セラバンド体操	制作活動 音楽体操	調理レク 間違いさがしプリント	初詣 制作活動	買い物ゲーム 鳴子体操
8	9	10	11	12	13	14
cafe	紙飛行機飛ばし チェアーヨガ	調理レク シナプソロジー	記憶力ゲーム 制作活動	音楽療法 セラバンド 	手芸クラブ イントロクイズ	調理レク チェアーヨガ
15	16	17	18	19	20	21
	テーブルボウリング 脳トレプリント	制作活動 カードゲーム	調理レク チェアーヨガ	ポロロン 一番体操	メロウス 制作活動	ペタンク 脳トレプリント
22	23	24	25	26	27	28
	制作活動 鳴子体操	パターゴルフ 音楽体操	卵詰めゲーム 一番体操	ハーモッチさかい 笑いヨガ	調理レク 脳トレプリント	制作活動 シナプソロジー
29	30	31				
	調理レク セラバンド	巻き巻きゲーム 制作活動				

カットサービス



9日(月)・10日(火)の2日間となっております。
予約制ですので、出来るだけ前日にご予約をお願いいたします。



ボランティアさん

12日(木) 音楽療法・13日(金) 手芸クラブ(伊藤さん)・19日(木) ギター演奏(ポロロンさん)
20日(金) 思い出の歌(メロウスさん)・26日(木) ハーモニカ演奏(ハーモッチさかいさん)

1月のすこやかさん制作活動



皆さんで作る壁画「雪ダルマ」
個人制作は「あんこつばき」に挑戦



調理レクリエーション



5日(木) 芋団子のお汁粉・10日(火) じゃが芋のガレット・14日(土) さくほろ和クッキー
18日(水) おさつバター焼き・27日(金) れんこんきなこ餅・30日(月) たこ焼き



運動をして爽やかな汗を!!



すこやかさんでは、充実した運動・機能訓練を目指し、様々なプログラムを用意しております。「4種のリハビリマシーン」をはじめ、「歩行運動」「笑いヨガ」「チェアーヨガ」「ストレッチ」「セラバンド」「フラダンス」などなど...



すこやかさんは、3日(火)より営業いたします。
3日(火) お正月にちなんだレクリエーション「新春福笑い」を行います
6日(金) 櫻井神社に初詣です。