

2026年1月 すずかけの郷プログラム

曜日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
朝						
午前						
昼						
午後						
ナイト						
	5	6	7	8	9	10
朝	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操
午前	ボッチャ 脳トレ	モーニング喫茶 ヨガ	卓球 レジン作り	散歩・ウォーキング SST	モルック ものづくり	卓球 ボードゲーム
昼		昼MT				
午後	太極拳 Let's English	ストレッチ(13時10分) ボイトレ(13時30分) 寸劇 カラオケ(ぶな合同)	茶道 初詣	音を楽しむ会 頭の体操ゲーム	今池クリーン作戦 挨拶まわり 花講座	楽器の会 お菓子作り
ナイト						
	12	13	14	15	16	17
朝		モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操
午前		モーニング喫茶 ヨガ	卓球 レジン作り	散歩・ウォーキング SST(VR)	モルック ものづくり	卓球 ボードゲーム
昼		昼MT				
午後		寸劇 カラオケ(ぶな合同)	茶道 フットサル(瑞穂) バドミントン (昭和SC)	音を楽しむ会 テニス(鶴舞公園)	ソフトボール(鶴舞公園) 今池クリーン作戦 手芸講座	心理プログラム
ナイト						
	19	20	21	22	23	24
朝	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操
午前	ボッチャ チャレンジド ジャパン	モーニング喫茶 ヨガ	卓球 レジン作り	散歩・ウォーキング SST	モルック ものづくり	卓球 ボードゲーム 誕生日会準備
昼		昼MT				
午後	太極拳 Let's English	寸劇 カラオケ(ぶな合同)	茶道 バドミントン (昭和生涯学習センター)	音を楽しむ会 頭の体操ゲーム	ゲーム(Switch)	楽器の会 誕生日会(1月)
ナイト						
	26	27	28	29	30	31
朝	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操
午前	ボッチャ 脳トレ	モーニング喫茶 ヨガ	卓球 レジン作り	散歩・ウォーキング SST(VR)	モルック ものづくり	卓球 ボードゲーム
昼						
午後	Let's English	寸劇 カラオケ(ぶな合同)	茶道 フットサル(瑞穂) バドミントン (昭和生涯学習センター)	音を楽しむ会 頭の体操ゲーム	ソフトボール (鶴舞公園) ゲーム(Switch)	楽器の会 お菓子作り
ナイト						

☆ デイクアでのマスク着用は任意となりました。引き続き、外来ではマスクの継続をお願いします。

☆ ◎はメンバーによるプログラムとなります。
フットサルは気温により中止します。(前日判断となります)