

2024年1月予定表

◆都合により、スケジュールの変更をすることがあります。

日	月	火	水	木	金	土	
	1 元日 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム カラオケ2F	2 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム カラオケ3F	3 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム カラオケ4F	4 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム 昇和診療所往診 カラオケ5F	5 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム 理美容 カラオケ6F	6 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム カラオケ2F	
	7 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム カラオケ3F	8 成人の日 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム カラオケ4F	9 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム 11:00 ヤクルト販売 カラオケ5F	10 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム カラオケ6F	11 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム カラオケ2F	12 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム カラオケ3F	13 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム カラオケ4F
	14 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム カラオケ5F	15 10:00 歯科往診 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム 長者町FC往診 カラオケ6F	16 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム 11:00 ヤクルト販売 カラオケ2F	17 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム カラオケ3F	18 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム 昇和診療所往診 カラオケ4F	19 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム 理美容 カラオケ5F	20 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム カラオケ6F
21 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム お誕生日会 カラオケ2F	22 10:00 歯科往診 15:30 レクタイム 14:30屋上散歩・カラオケ3F 長者町FC往診	23 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム 11:00 ヤクルト販売 カラオケ4F	24 10:30 ラジオ体操 14:00 音楽療法 15:30 レクタイム カラオケ5F	25 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム カラオケ6F	26 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム カラオケ2F	27 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム カラオケ3F	
28 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム カラオケ4F	29 10:00 歯科往診 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム 15:30 ヤクルト販売 カラオケ5F・長者町FC往診	30 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム 11:00 ヤクルト販売 カラオケ6F	31 10:30 ラジオ体操 15:30 レクタイム カラオケ2F				

各階の毎日レクレーション 15:30~16:00

- ・ボール運動
- ・カラオケ体操 (ゴボウ先生)
- ・ボーリング
- ・かるた
- ・さかな釣り
- ・日替わりレク
- ・はり絵、切り絵
- ・音楽療法、DVD鑑賞 (毎月1回)

