



1月 行事予定表



日	月	火	水	木	金	土	
1月のイベント 1/10(金) 牡蠣づくし(昼食) 1/22(水) <希望者> なんちゃってよ寿司		2025年 HAPPY NEW YEAR		1 神社	2 書き初め	3 正月遊び	4 カードゲーム
5 脳トレ	6 ボウリング	7 取ってはさんで	8 カラオケ または散歩	9 大人の塗り絵	10 みんなで体操	11 カラオケ	
12 カードゲーム	13 書道	14 お手玉 サッカー	15 カラオケ または散歩	16 脳トレ	17 ボウリング	18 ループボール	
19 音楽鑑賞	20 タオルでポン	21 グラウンド ゴルフ	22 カラオケ または散歩	23 脳トレ	24 みんなで歌おう	25 箸でドキドキ旗倒し	
26 大人の塗り絵	27 輪投げ	28 壁画作成	29 壁画作成	30 壁画作成	31 ハンドケア	お知らせ 1/1~3まで 体操・入浴 はお休みに なります。	

今月の
オススメ
レク
カラオケ

目的

歌によって感情表現を豊かにし、気持ちを和らげて感情のコントロールをしやす

効果

身体機能が活性化し、認知症の予防になります。

おすすめ

懐かしい曲や流行曲を楽しんで頂き、皆で歌うことによって孤独感の解消につながります。