

1月こげら予定表



曜日	月	火	水	木	金	土	
日付	2日	3日	4日	5日	6日	7日	
午前	お休み	お休み	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ		
午後	お休み	お休み	脳トレ個別対応 5階生活サービス	脳トレ個別対応 5階生活サービス	ケア棟 書初め 14:00~5階ケア		
日付	9日	10日	11日	12日	13日	14日	
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ		
午後	こげら体操 14:30~ケア5階 脳トレ個別対 5階生活サービス部	座ってもできる ラジオ体操・ 足踏み体操 14:00~ コミュニティホール	こげら体操 14:30~ケア5階 脳トレ個別対 5階生活サービス部	懇話会	こげら体操 14:30~ケア5階 15:30~歌会ケア4階 脳トレ個別対 5階生活サービス部	こげら喫茶	
日付	16日	17日	18日	19日	20日	21日	
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	音楽ボランティア 10:00~ケア4階 若さいいき教室(脳トレ) 10:00~ラウンジ 転倒リスク評価テスト リハビリ室	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ラウンジ 転倒リスク評価テスト リハビリ室	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ		
午後	こげら体操 14:30~ケア5階 脳トレ個別対 5階生活サービス部	音楽教室 14:00~ コミュニティホール	こげら体操 14:30~ケア5階 脳トレ個別対 5階生活サービス部	お休み	こげら体操14:30~ ケア5階 歌会15:30~ケア4階 今井先生の リハビリ講座15:00~ コミュニティホール	こげら喫茶	
日付	23日	24日	25日	26日	27日	28日	
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ		
午後	こげら体操 14:30~ケア5階 脳トレ個別対 5階生活サービス部	座ってもできる ラジオ体操・ 足踏み体操 14:00~ コミュニティホール	体操 リフレッシュゲーム 14:30~ ケア5階	脳トレ個別対応 5階生活サービス	こげら体操 14:30~ケア5階 15:30~歌会ケア4階 脳トレ個別対 5階生活サービス部	こげら喫茶	
日付	30日	31日					
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	音楽ボランティア 10:00~ケア4階 若さいいき教室(脳トレ) 10:00~ラウンジ					
午後	こげら体操 14:30~ケア5階 脳トレ個別対 5階生活サービス部	座ってもできる ラジオ体操 足踏み体操 14:00~ コミュニティホール					こげら喫茶