

ひばりティかわら版



令和8年
1月

私たちの想い	いつまでも元気に暮らし続けていただくこと 認知症予防のサービスを提供し続けること
--------	---

認知症予防の七つの挑戦

- ①食事 ②運動（身体機能向上） ③脳の活性化
- ④気分転換 ⑤口腔ケア ⑥講座開催 ⑦相談会開催

月間スケジュール

☆お誕生日会は、帰りの会にて行っています。

日	月	火	水	木	金	土
	29	30	31	1	2	3
お休み	休業	休業	休業	休業	休業	休業
4	5 正月遊び	6 正月遊び	7 正月遊び	8 うしろにポイ だるま	9 ボーリング	10 鏡開き
お休み	福笑い	だるま落とし	カルタ			
11	12 お弁当	13 傘入り	14 お年玉 入れゲーム	15 雪だるま 雪合戦	16 唱歌	17 洗濯ばさみ ゲーム
お休み	いいとり					
18	19 カラオケ	20 巻き巻きだるま	21 紙コップ 玉飛ばし	22 福笑い	23 うしろにポイ だるま	24 お年玉 入れゲーム
お休み						
25	26	27	28	29	30	31
お休み	手作り クラフ	都道府県 bingo	サッカー ゲーム	巻き巻きだるま	民謡 さわかぜ	いいとり
手作りクラフ フクロウのお守り	季節の湯 松の香	※スケジュールは予告なく変更となる場合がございます。				



* 協力ボランティア様…民謡さわかぜ、フラダンス: プルメリア様、ウクレレ: 乾様
傾聴ボランティア様