

## 2026年1月

日付	曜日	スケジュール	
1日	木	元日（祝日） - 年始休み	
2日	金	年始休み	
3日	土	年始休み	
4日	日		
5日	月	PM嚙下体操＋風船バレー	
6日	火	PM嚙下体操＋ミニゲーム	
7日	水	PM嚙下体操＋ミニゲーム	
8日	木		
9日	金	腹話術・歌(本館) 10:30～11:10 PM嚙下体操＋風船バレー	
10日	土		
11日	日		
12日	月	成人の日（祝日）	
13日	火	新年のお祓い PM認知症予防体操＋ミニゲーム	
14日	水	レクリハ(ホール) 10:30～11:30 PM 認知症予防体操＋ミニゲーム	
15日	木		
16日	金	PM認知症予防体操＋風船バレー	
17日	土		
18日	日		
19日	月	PM転倒予防体操＋風船バレー	
20日	火	PM転倒予防体操＋ミニゲーム 音楽療法(南) 15:00～16:00	
21日	水	傾聴ボランティア(本館) 10:00～11:00, 書道(会議室) 10:30～11:30 PM転倒予防体操＋ミニゲーム	
22日	木	アニマルセラピー(しっぽのセラピー)15:30～16:10	
23日	金	PM転倒予防体操＋風船バレー	
24日	土		
25日	日		
26日	月	PM嚙下体操＋風船バレー	
27日	火	嚙下体操＋ミニゲーム	
28日	水	講話・コーラス(ホール) 10:30～11:10PM: 嚙下体操＋ミニゲーム	
29日	木		
30日	金	嚙下体操＋風船バレー	