

1月プログラム

				1日(金)	2日(土)
					お休み
4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)
ウォーキング・学習 パズル	書初め カラオケストレッチ	クイズ 絵画	カラオケ ウォーキング・学習	リラクゼーション みんなでゲーム	映画「潮騒」 カラオケ
11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)
成人の日	読書 ストレッチ	ウォーキング・学習 カラオケ	映画「シャークネード」 シニアヨガ	カラオケ ウォーキング・学習	カラオケストレッチ TV鑑賞
18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)
カラオケ ウォーキング・学習	みんなでゲーム 映画「ポセイドン・アドベンチャー」	パズル カラオケ	ミーティング クイズ	TV鑑賞 カラオケストレッチ	ウォーキング・学習 読書
25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)
ストレッチ TV鑑賞	カラオケ ウォーキング・学習・料理	カラオケストレッチ リラクゼーション	シニアヨガ カラオケ	ウォーキング・学習・手話 学習	パズル みんなでゲーム

🎬 今月の映画紹介

『潮騒』…三島由紀夫原作。吉永小百合と浜田光夫共演、爽やかなラブストーリー♡

『シャークネード』…サメ(シャーク)+トルネード(竜巻)の合成語。サメを内包してやってきた竜巻と人間との死闘を描く。

『ポセイドン・アドベンチャー』…豪華客船「ポセイドン号」はN.Yを出港しアテネを目指して航海に出た。ところが…

👉
**ケアの皆さんが
 良い一年を過ごせますように。
 本年もよろしくお祈りします！**