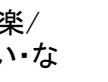




2026年1月南信病院ディケアセンター一月間予定表



| | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|--|--|---------------|----------------------------------|--|--|-------------------------|
| am | 新年あけましておめでとうございます | | | |  | 1 | 2 |
| | | | | |  | 年末年始休み～1/4(日) | |
| pm | | | | |  | | |
| | 4 | 5  初顔合わせ会 | 6 園芸/ クック | 7 エクササイズ ～新春特別講座～ 社会資源を知ろう | 8 | 9 エクササイズ/ イベントミーティング | 10 園芸/ クック |
| pm |  | イキイキ健康講座/ からだチェック | | | | 万の会/ くつろぎタイム | 憩いの時間/ ストレスケア |
| | 11 | 12  成人の日 | 13 園芸/ クック | 14 エクササイズ ニュース・ディ | 15 | 16 エクササイズ/ イベントミーティング | 17 園芸/ クック |
| pm | ヘルシークッキング/ スポーツ | | | | 上映会/ くつろぎタイム | | 憩いの時間/ スポーツ |
| | 18 | 19 エクササイズ/ SST | 20 園芸/ クック | 21 レクリエーション | 22 | 23 エクササイズ/ イベントミーティング | 24 園芸/ クック |
| pm | 卓球/ バレー | | | |  | 食育講座/ くつろぎタイム | 憩いの時間/ コミュニケーションセミナー |
| | 25  | 26 エクササイズ/ SST | 27 園芸/ クック | 28 エクササイズ ニュース・ディ | 29  | 30 ~イベント～  | 31 園芸/ クック |
| pm | 卓球/ バレー | | | |  | 憩いの時間/ スポーツ | |

☆ディケア参加時は必ずマスクの着用をお願い致します。引き続き、感染症対策にご協力をお願い致します。

☆5日(月)は初顔合わせ会になります。ぜひご参加ください。元気に1年をスタートさせましょう。

講座となります。お気軽にご参加ください。

☆30日（金）はイベントにて新春会を行います。内容はイベントミーティングで決めていきます。

☆午後から参加の方は12時までにお越しください。都により予定が変更になる場合がありますのでご了承ください。

