

# 1月 テイケアプログラム予定表

谷山病院 269-4111

2026年

月	火	水	木	金	土						
2026年あけまして おめでとうございます。 新しい1年もどうぞよろしくお願ひ致します！ ・1/6(火)は書道(書初め)、1/28(水)は新春カラオケ大会です。 ・ディ散歩では皆さんで初詣に行く予定です♪今年もいろいろな行事を行います。みなさんで楽しみましょう。 ・27日はバッゴーを早めに切り上げてみんなでホールでカラオケ大会の準備をしましょう！！			1  正月休み	2 正月休み	3 正月休み						
5	6	7	8	9	10						
目覚めの時間 (ストレッチ) 個別活動 手芸・手工芸	DAミーティング カラオケ 個別活動 手芸・手工芸 プレディケア	目覚めの時間 (ソフトレ) 書道 ゲートボール	SST⑥ 書道 ゲートボール	目覚めの時間 (脳トレ) 個別活動	心理教育④ カラオケ ピックル ボール	奏でる時間 	ディ散歩 室内バッゴー	目覚めの時間 (ストレッチ) 個別活動 栄養相談 農園	新聞作り モザイク アート 卓球	個別活動 DVD鑑賞 (スクリーン) バッゴー	個別活動 DVD鑑賞 バッゴー
12	13	14	15	16	17						
<b>成人の日</b>		目覚めの時間 (ストレッチ) 個別活動 季節の手仕事 	まいペえす	目覚めの時間 (ソフトレ) 個別活動 手芸・手工芸	心理教育⑤ バドミントン 手芸・手工芸	奏でる時間 プレディケア 	フリー テニス 開運グッズ 作り	目覚めの時間 (脳トレ) 個別活動 農園	新聞作り 開運グッズ 作り カラオケ	個別活動 DVD鑑賞 (スクリーン) ソフトバレー	個別活動 DVD鑑賞 ソフトバレー
19	20	21	22	23	24						
目覚めの時間 (ソフトレ) 個別活動 栄養相談	DAミーティング ゲート ボーリング まいペえす	目覚めの時間 (脳トレ) 個別活動 モザイク アート	SST⑦ ペタンク モザイク アート	目覚めの時間 (ストレッチ) 個別活動 カラオケ大会 準備	カラオケ カラオケ大会 準備	奏でる時間 	野球 絵画	目覚めの時間 (ストレッチ) 個別活動 農園	新聞作り 茶道 手芸・手工芸	個別活動 SWITCH (スポーツ)	個別活動 カラオケ
26	27	28	29	30	31						
目覚めの時間 (脳トレ) 個別活動 プレディケア	DAミーティング 卓球 カラオケ	目覚めの時間 (ストレッチ) 個別活動	SST⑧ バッゴー カラオケ大会 準備	新春カラオケ大会 in じあいホール	奏でる時間 	フットサル 節分準備	目覚めの時間 (ソフトレ) 個別活動 農園 プレディケア	ビタミン会 血圧測定 体重測定	個別活動 SWITCH (スポーツ)	個別活動 ビデオ鑑賞 ソフトバレー	