






1月 テイケアプログラム予定表

2026年

谷山病院TEL 269-4111

月		火		水		木		金		土	
<div>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い致します！ ・1/6(火)は書道(書初め)、1/28(水)は新春カラオケ大会です。 ・デイ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日はバグ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！！</div> <div></div>						1		2		3	
						正月休み		正月休み		正月休み	
5		6		7		8		9		10	
目覚めの時間 (ストレッチ)	DAミーティング カラオケ 個別活動 手芸・手工芸	目覚めの時間 (ソフトレ) 個別活動 プレディケア	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 	デイ散歩 室内バグー	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)	個別活動 DVD鑑賞 バグー
12		13		14		15		16		17	
成人の日		目覚めの時間 (ストレッチ) 個別活動 季節の手仕事	まいぺえす →	目覚めの時間 (ソフトレ) 個別活動	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)	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 まいぺえす	目覚めの時間 (脳トレ) 個別活動	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 プレディケア	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 バグー 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