



今年もよろしく  
願います

# 1月(January)

## 土浦サテライト



生活訓練等事業

	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
午前				休館 (元旦)	テーブルゲーム 甘酒・焼き芋	休館	身だしなみチェック 昼食会(キムチ鍋) 費用350円
午後					午後閉館		大掃除(玄関・スリッパ) SST
	5	6	7	8	9	10	11
午前	アクティビティー	新聞を読もう	休館	身だしなみチェック ゴミ拾い	お菓子作り(あんみつ) 費用100円	休館	身だしなみチェック 昼食会(唐揚げ) 費用350円
午後	テーブルゲーム マーじゃん	シーツ交換(枕) 書道		室内カラオケ	コーラス		大掃除(非常階段) 脳トレ
	12	13	14	15	16	17	18
午前	アクティビティー	休館 (成人の日)	休館	身だしなみチェック アクティビティー	健康教室 予定決め	休館	身だしなみチェック 昼食会(野菜天ぷら) 昼食会予定決め 費用350円
午後	シーツ交換(枕) 書写 マーじゃん			テーブルゲーム	ぬり絵		大掃除(駐車場) 新聞を読もう
	19	20	21	22	23	24	25
午前	テーブルゲーム	アクティビティー	休館	身だしなみチェック テーブルゲーム	中華おこわ作り (本部)	休館	身だしなみチェック 昼食会(ハンバーグ) 費用350円
午後	アルカス又はカフェに行こう マーじゃん	シーツ交換(枕) こころの元気+を読もう		PHPを読もう	室内カラオケ		大掃除(窓) テーブルゲーム
	26	27	28	29	30	31	
午前	アクティビティー	音読	休館	身だしなみチェック ゴミ拾い	アルカス又はカフェに行こ う	休館	
午後	テーブルゲーム マーじゃん	シーツ交換(全) 室内カラオケ		コラージュ療法	絵手紙		

アクティビティー: 温泉卓球、ウォーキング、ストレッチ、ピアポンなど テーブルゲーム: オセロ、トランプなど