



2月(February)

土浦サテライト



	日	月	火	水	木	金	土
午前							1
午後							身だしなみチェック 昼食会(グリーンカレー) 費用350円 大掃除(玄関・スリッパ) SST
午前	2 アクティビティー	3 新聞を読もう	4 休館	5 身だしなみチェック ゴミ拾い	6 お菓子作り 費用100円 「手作りチョコレート」	7 休館	8
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		身だしなみチェック 昼食会(カツ丼) 費用350円 大掃除(非常階段) 脳トレ
午前	9 アクティビティー	10 テーブルゲーム	11 休館 (建国記念日)	12 身だしなみチェック アクティビティー	13 ピロシキ作り (本部)	14 休館	15
午後	書写 マーじゃん	シーツ交換(枕) 13時閉館		テーブルゲーム	ぬり絵		身だしなみチェック 昼食会(カルボナーラ)費用350円 昼食会予定決め 大掃除(駐車場) 室内カラオケ
午前	16 テーブルゲーム	17 音読	18 休館	19 身だしなみチェック テーブルゲーム	20 健康教室 予定決め	21 休館	22
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(全) こころの元気+を読もう		PHPを読もう	朗読		身だしなみチェック 昼食会(生姜焼き) 費用350円 大掃除(窓) テーブルゲーム
午前	23 アクティビティー	24 休館 (振り返り休日)	25 休館	26 身だしなみチェック ゴミ拾い	27 アルカス又はカフェに行こう	28	29
午後	絵手紙 マーじゃん			コラージュ療法	スクラッチアート		身だしなみチェック 昼食会(ペペロンチーノ) 費用350円 大掃除(床) 新聞を読もう

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