

2026年1月
デイナイトケアプログラム予定表

	月	火	水	木	金	土	
AM					1 お正月	2 ふりーたいむ	3 休み
PM							
AM	5 ・プログラム委員会		7 ・エンジョイヘルス ・ふりーたいむ	8 ・クリーン大作戦 ・ふりーたいむ	9 ・書初め	10 ふりーたいむ	
PM	・創作（壁面） ・ふりーたいむ		・ティナイトケア委員会	・新聞作り ・ふりーたいむ	・茶道（初釜） ・ふりーたいむ		
AM	12 		14 ・初詣 ・ふりーたいむ	15 ・年初めゲーム大会	16 ・もみじの会 ・ふりーたいむ	17 ふりーたいむ	
PM			・絵画 ・ふりーたいむ	・コラージュ ・ふりーたいむ	・創作（壁面） ・ふりーたいむ		
AM	19 ・創作（壁面） ・ふりーたいむ		21 ・エンジョイヘルス ・ふりーたいむ	22 ・リラックス体操 ・ふりーたいむ	23 ・スポーツ	24 ふりーたいむ	
PM	・ストレッチ ・ふりーたいむ		・セラピー音楽 ・ふりーたいむ	・お楽しみクッキング話し合い ・ふりーたいむ	・ハンドベル ・ふりーたいむ		
AM	26 ・創作（節分） ・ふりーたいむ		28 ・スポーツ	29 ・昔ながらの遊び ・ふりーたいむ	30 ・Sチューブ ・ふりーたいむ	31 ふりーたいむ	
PM	・なぞとき ・ふりーたいむ		・朗読 ・ふりーたいむ	・映画	・心理学豆知識 ・ふりーたいむ		

* プログラムは変更する場合があります。 * フリープログラムは自由に自分のしたいことが出来るプログラムです。何かありましたらスタッフにご相談下さい。

☆はティケアと合同のプログラムです。

は、全体のプログラムです。