

生活サポート コパン

1月 活動予定表



	日	月	火	水	木	金	土
活動時間 AM 10:00～ 11:00	31 日	1 日	2 日	3 日	4 日	5 日	6 日
PM 13:30～ 14:30	休み	休み 元旦	休み	休み	フリー活動 コミュニケーションUP グループ ～エッセイをもとに～	いきいき健康活動 ほっこりスイーツ ～みたらし風味の～ 電子レンジ煮もち	初詣 パソコン Garden + コパン活動
AM 10:00～ 11:00	7 日	8 日	9 日	10 日	11 日	12 日	13 日
PM 13:30～ 14:30	休み	休み 成人の日	園芸 ～ 畑 ～ (デイケアと合同) 料理活動 振り返り、メニュー決め 基礎クッキング	創作活動 ～雑煮作り～ スポーツ活動	フリー活動 コミュニケーションUP グループ ～1分間スピーチ～	いきいき健康活動 ～デイケアと 合同ストレッチ～ ほっこりスイーツ ～チーズケーキ～	パソコン 手芸倶楽部 Garden + コパン活動
AM 10:00～ 11:00	14 日	15 日	16 日	17 日	18 日	19 日	20 日
PM 13:30～ 14:30	休み	軽運動 パソコン 手芸倶楽部	園芸 ～ 畑 ～ (デイケアと合同) 料理活動 ～ 調理 ～	創作活動 スポーツ活動	フリー活動 コミュニケーションUP グループ ～エッセイをもとに～	いきいき健康活動 ほっこりスイーツ ～ココアオムレット～	パソコン 手芸倶楽部 Garden + コパン活動
AM 10:00～ 11:00	21 日	22 日	23 日	24 日	25 日	26 日	27 日
PM 13:30～ 14:30	休み	軽運動 パソコン 手芸倶楽部	園芸 ～ 畑 ～ (デイケアと合同) 料理活動 振り返り、メニュー決め 基礎クッキング	創作活動 スポーツ活動	フリー活動 コミュニケーションUP グループ ～1分間スピーチ～	いきいき健康活動 ～デイケアと 合同ストレッチ～ ほっこりスイーツ ～チーズスティック～	パソコン 手芸倶楽部 Garden + 15:00～16:00 集いの会
AM 10:00～ 11:00	28 日	29 日	30 日	31 日	1 日	2 日	3 日
PM 13:30～ 14:30	休み	WORKING (集団施設 見学会) 軽運動 パソコン	園芸 ～ 畑 ～ (デイケアと合同) 料理活動 ～ 調理 ～	創作活動 スポーツ活動			

※ 集団活動以外に、個別の活動も行っています。