

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	30日	31日	1日	2日	3日	4日	5日
PM 13:30~ 14:30	休み		休み 元日	休み	休み	いきいき健康活動 ほっこりスイーツ ~スコップティラミス~	パソコン Garden
AM 10:00~ 11:00	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日
PM 13:30~ 14:30	休み	初詣 パソコン	園芸 ~畑作業など~ 料理 ~調理実習~	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 ~茶話・レク・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 ~新春!大福おみくじ~	パソコン Garden
AM 10:00~ 11:00	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日
PM 13:30~ 14:30	休み	成人の日	園芸 ~畑作業など~ 料理 メニュー決め 基礎学習・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 ~茶話・レク・スピーチ~	いきいき健康活動 ほっこりスイーツ ~おうちケーキ~	パソコン Garden
AM 10:00~ 11:00	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日
PM 13:30~ 14:30	休み	軽運動 パソコン	園芸 ~畑作業など~ 料理 ~調理実習~	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 ~茶話・レク・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 ~きな粉クッキー~	パソコン Garden + 16:00~17:00 集いの会
AM 10:00~ 11:00	27日	28日	29日	30日	31日	1日	2日
PM 13:30~ 14:30	休み	軽運動 パソコン	園芸 ~畑作業など~ 料理 メニュー決め 基礎学習・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 ~茶話・レク・スピーチ~		

※ グループ活動以外に、個別の活動も行っています。