

# 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						1日 新 謹 賀 年 休み 元 旦	2日 休み
PM 13:30~ 14:30							
AM 10:00~ 11:00	3日 休み	4日 軽運動活動 ~コパン ni コミット~ 	5日 園芸活動 	6日 創作活動 ~お雑煮作り~ 門松片付け 	7日 フリー活動 	8日 いきいき健康活動 	9日 鏡開き ~ぜんざい作り~ 
PM 13:30~ 14:30		パソコン活動 	料理活動 メニュー決め 基礎学習・クッキング 	室内レク活動 	コミュニUP活動 ~茶話・レク・スピーチ~ 	ほっこりスイーツ ~パンケーキ~ 	サタデー活動 
AM 10:00~ 11:00	10日 休み	11日 休み 成人の日 	12日 園芸活動 	13日 創作活動 ~2021カレンダー作り~ 	14日 フリー活動 	15日 いきいき健康活動 	16日 パソコン活動 
PM 13:30~ 14:30			料理活動 調理実習 	室内レク活動 	コミュニUP活動 ~茶話・レク・スピーチ~ 	ヘルシースイーツ ~たまごボーロ~ &生キャラメル 	サタデー活動 
AM 10:00~ 11:00	17日 休み	18日 軽運動活動 ~コパン ni コミット~ 	19日 園芸活動 	20日 創作活動 ~2021カレンダー作り~ 	21日 フリー活動 	22日 いきいき健康活動 	23日 パソコン活動 
PM 13:30~ 14:30		パソコン活動 	料理活動 調理実習 	室内レク活動 	コミュニUP活動 ~茶話・レク・スピーチ~ 	ほっこりスイーツ ~シフォンケーキ~ (2月メニュー決め)	サタデー活動 
AM 10:00~ 11:00	24日 31日 休み	25日 軽運動活動 ~コパン ni コミット~ 	26日 園芸活動 	27日 創作活動 ~2021カレンダー作り~ 	28日 フリー活動 	29日 いきいき健康活動 	30日 パソコン活動 
PM 13:30~ 14:30		パソコン活動 	料理活動 調理実習 	室内レク活動 	コミュニUP活動 ~茶話・レク・スピーチ~ 	ヘルシースイーツ ~3色だんご~ 	サタデー活動 
							16:00~ 集いの会

※ グループ活動以外に、個別の活動も行っています。

2021.1