

## デイケア「スカイ」2026年 1月 行事予定表

| 日       | 月                                | 火                      | 水                           | 木                     | 金                                   | 土           |
|---------|----------------------------------|------------------------|-----------------------------|-----------------------|-------------------------------------|-------------|
|         | 謹賀新年<br>今年もよろしくお願いします。           |                        |                             | 1<br>休                | 2<br>休                              | 3<br>休      |
| 4<br>休  | 5<br>それ、いいね<br>意見交換会<br>若返リストレッチ | 6<br>健康俱楽部<br>スカベルクラブ  | 7<br>?を聞いてみよう<br>もちつき大会     | 8<br>ブレトレ4<br>ストレッチ   | 9<br>健康俱楽部<br>ゆったりストレッチ<br>美化美化スカイ  | 10<br>休     |
| 11<br>休 | 12<br>成人の日<br>休                  | 13<br>健康俱楽部<br>スカベルクラブ | 14<br>脳トレ<br>予防体操<br>大人の手工芸 | 15<br>ブレトレ4<br>モルック大会 | 16<br>健康俱楽部<br>ゆったりストレッチ<br>美化美化スカイ | 17<br>お菓子作り |
| 18<br>休 | 19<br>それ、いいね<br>若返リストレッチ         | 20<br>健康俱楽部<br>スカベルクラブ | 21<br>?を聞いてみよう<br>グラウンドゴルフ  | 22<br>ブレトレ4<br>ストレッチ  | 23<br>健康俱楽部<br>ゆったりストレッチ<br>美化美化スカイ | 24<br>休     |
| 25<br>休 | 26<br>フロア活動<br>若返リストレッヂ<br>コラージュ | 27<br>健康俱楽部<br>スカベルクラブ | 28<br>脳トレ<br>予防体操<br>大人の手工芸 | 29<br>ブレトレ4<br>ストレッチ  | 30<br>健康俱楽部<br>ゆったりストレッヂ<br>美化美化スカイ | 31<br>休     |