

2024年

1月

虹の家なないろカレンダー



2024



1日の流れ



※ レクリエーションの参加費に関しましては、ご利用料金と一緒にご請求させていただきます。
 ※ 天候が悪い場合は予定を変更する場合がありますので予めご了承下さい。

午 前	9:00~	手洗い・うがい 健康チェック		1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6 (土)
	9:30~	脳トレ 朝の会		虹神社にお参り					
午 後	10:30~	椅子体操	7 (日)	8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)	13 (土)
	11:50~	入浴 レクリエーション	七草粥の日				甘酒の日	甘酒の日	甘酒の日
午 後	12:00~	昼食		散歩2倍ポイント	散歩2倍ポイント	散歩2倍ポイント	散歩2倍ポイント	散歩2倍ポイント	散歩2倍ポイント
	13:00~	食後の リラックスタイム	14 (日)	15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)	20 (土)
午 後	13:30~	散歩 or レクリエーション	だるま制作	お楽しみおやつ		足湯の日	お楽しみおやつ		
	15:00~	おやつ	21 (日)	22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)	27 (土)
午 後	15:30~	脳トレ or お楽しみプログラム		ぜんざいの日	ぜんざいの日	ぜんざいの日		足湯の日	
	15:55~	頑張れ！立ち上がり 梅干し体操	28 (日)	29 (月)	30 (火)	31 (水)			
	16:15~	帰宅							