

# 2025年

# 1月

## 虹の家なないろカレンダー



※ 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(水) 元日	2(木) 虹神社お参り	3(金) 	4(土) 初詣 星影神社
	9:30~	脳トレ 朝の会							
	10:30~	椅子体操	5(日)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)
		入浴		手芸倶楽部	七草粥			音楽倶楽部	鏡開き
	11:50~	嚥下体操パタカラ							
	12:00~	昼食	12(日)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)
					手芸倶楽部	手芸倶楽部	お楽しみおやつ	おむすびの日	運動倶楽部
			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	手芸倶楽部	散歩2倍ポイント
			19(日)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)
			フラダンスの日	甘酒の日	甘酒の日	カレーの日		足湯の日	パン倶楽部
			26(日)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	31(金)	
		音楽倶楽部	パン倶楽部	足湯の日	運動倶楽部	運動倶楽部	パン倶楽部		
午後	13:00~	食後の リラックスタイム							
	13:30~	散歩 or レクリエーション							
	15:00~	おやつ							
	15:30~	脳トレ or お楽しみプログラム							
	15:55~	頑張れ！立ち上がり 梅干し体操							
	16:15~	帰宅							