		2025年	1月		
	月	火	水	木	金
			1	2	3
_		*家族会			
午	*デイケア活動	1/18(土)			
<u> </u>	水筒、ペットボトルを	10:00~12:00	1 4 →.	₩ 7 .	₩ 7 .
前	持参してください	 * 自主活動について	休み	休み	休み
		スタッフの都合で急遽			
	* スポーツ	なくなる場合があります			
午	雨天時は室内テニスに変更				6
	もしくはデイケアにて	*水曜日、木曜日について			@ 6 9
後	卓球、パターゴルフ、	プログラムの開始・終了			
	テーブルサッカーなど	時刻が変更となる場合が			
	0	あります	0	0	10
	6 /創作注動》	/殴のしー・・・・	8 〈レクリエーション〉	9 <sst></sst>	<mark>10 </mark>
午	〈創作活動〉	く 脳のトレーニング 〉 みんなで脳カUPトレーニング	(レクリエーション)	(331)	へ刷作が到り 個人活動
'	個人活動	がんな (個別のドレーニング	お菓子作りやレク、	よりよい人付き合いの練習	国スル スポーツ参加の方のみ
前	百 百	〈考え方ワーク〉	イベントなど色々な	or your yell car on war	11:30終了
"	〈PCトレーニング〉	正月特別企画	企画を行います		〈PCトレーニング〉
		「お正月テーマトーク」			
	〈イベント〉	〈卓球教室〉	〈健康増進セミナー〉	⟨ヨガ⟩	〈スポーツ〉
午	ᄺᆂᇰᆂᆖᄣᄴ	0	+ 🕁	外部講師来所	\
14	初詣&南京町散策 生田神社~南京町	〈PCトレーニング〉	未定 後日お知らせ	〈脳トレゲーム編〉	ソフトバレーボール 王子スポーツセンター
1友	生田仲位~肖泉町	\PUPD—	仮口の知りで 13:30~15:00	(脳トレケーム編)	主子スポーツセンター 12:30~
	〈自主活動〉	〈自主活動〉	〈 自主活動 〉	〈自主活動〉	〈軽スポーツin自主活動〉
	13	14	15	16	17
		〈脳のトレーニング〉	〈レクリエーション〉	⟨SST⟩	〈創作活動〉
午		みんなで脳カUPトレーニング	お菓子作り		個人活動
			フルーツ大福	よりよい人付き合いの練習	スポーツ参加の方のみ
前	休み	〈考え方ワーク〉			11:30終了
		レジリエンス			〈PCトレーニング〉
-	**	〈ジョブトレーニング〉	〈健康増進セミナー〉	⟨SSP⟩	〈スポーツ〉
午		ヘンョントレーニング/	「健康増進セミノー/	く ろろ アン メモの取り方 ①	\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\
'			未定	~記憶との関係性~	バドミントン
後	成人の日	〈PCトレーニング〉	後日お知らせ	〈脳トレゲーム編〉	王子スポーツセンター
			13:30~15:00		12:30~
		〈自主活動〉	〈自主活動〉	〈自主活動〉	〈軽スポーツin自主活動〉
	20	21	22	23	24
١.	〈創作活動〉	〈脳のトレーニング〉	〈レクリエーション〉	⟨SST⟩	〈創作活動〉
T	個人活動	みんなで脳カUPトレーニング	********		個人活動
前	〈PCトレーニング〉	〈考え方ワーク〉	お菓子作りやレク、 イベントなど色々な	よりよい人付き合いの練習	スポーツ参加の方のみ 11:30終了
FIU	(アレアレーニング)	レジリエンス	企画を行います		〈PCトレーニング〉
			元日に110.0 3		
	〈フィットネス〉	〈ジョブトレーニング〉	〈レクリエーション〉	〈ヨガ〉	〈スポーツ〉
午	体幹トレーニング	仕事へのトレーニング	正月遊び 第13	外部講師来所	室内モルック
	体重体脂肪ダウン編		百人一首		デイケア2F
後	くフィットネスライト〉	〈PCトレーニング〉	坊主めくり グラン	〈脳トレゲーム編〉	※軽スポーツと合同
	チューブ 漸進的筋弛緩法 〈 自主活動 〉	〈自主活動〉	〈自主活動〉	〈自主活動〉	13:00~ 〈軽スポーツin自主活動〉
	〈自土活期〉 27	28	29	30	〈軽人ホーツin日王活動〉 31
	<mark>∠ / </mark>	 	29 〈レクリエーション〉	<sst></sst>	〈創作活動〉
午	個人活動	AMUSTU		(0017	個人活動
1	in it indicat		お菓子作りやレク、	よりよい人付き合いの練習	スポーツ参加の方のみ
前	〈PCトレーニング〉	〈考え方ワーク〉	イベントなど色々な	· · · -	11:30終了
		レジリエンス	企画を行います		〈PCトレーニング〉
	/= · · · · · · · ·	/9 0_ ↑1:	// 	(000)	/= 19
<i>/</i> -	〈フィットネス〉 /大於し、ニュング	くジョブトレーニング〉	くレクリエーション〉	〈SSP〉 メエの短い士(②	〈スポーツ〉
+	体幹トレーニング 室内有酸素運動	仕事へのトレーニング	正月遊び 第2弾 人間すごろく大会	メモの取り方 ② ~記憶との関係性~	 ソフトバレーボール
後	全内有版系建動 〈フィットネスライト〉	〈PCトレーニング〉		く脳トレゲーム編>	王子スポーツセンター
	椅子ヨガ マインドフルネス				12:30~
L	〈自主活動〉	〈自主活動〉	〈自主活動〉	〈自主活動〉	〈軽スポーツin自主活動〉
			☆変更する場合があります		福島神経科クリニック