



# 1月度レク予定表



ひがしまつやま寿苑

2026

デイサービス

	日	月	火	水	木	金	土
午前							
その他							
午後							
その他							
午前	<b>初詣</b>	<b>初詣</b>	<b>初詣</b>	<b>初詣</b>	<b>初詣</b>	<b>初詣</b>	<b>オカリナ演奏</b>
その他	4	5	6	7	8	9	10
午後	<b>運動レク</b>	<b>脳トレ</b>	<b>テーブルレク</b>	<b>デコ塗り絵</b>	<b>運動レク</b>	<b>脳トレ</b>	<b>テーブルレク</b>
その他							
午前	<b>季節のカレンダー</b>	<b>季節のカレンダー</b>	<b>季節のカレンダー</b>	<b>季節のカレンダー</b>	<b>季節のカレンダー</b>	<b>季節のカレンダー</b>	<b>季節のカレンダー</b>
その他	11	12	13	14	15	16	17
午後	<b>デコ塗り絵</b>	<b>運動レク</b>	<b>脳トレ</b>	<b>テーブルレク</b>	<b>デコ塗り絵</b>	<b>運動レク</b>	<b>脳トレ</b>
その他							
午前	<b>扇飾り</b>	<b>扇飾り</b>	<b>フラワーアレンジ</b>	<b>扇飾り</b>	<b>風船バレー</b>	<b>フラワーアレンジ</b>	<b>扇飾り</b>
その他	18	19	20	21	22	23	24
午後	<b>テーブルレク</b>	<b>デコ塗り絵</b>	<b>運動レク</b>	<b>脳トレ</b>	<b>テーブルレク</b>	<b>デコ塗り絵</b>	<b>運動レク</b>
その他							
午前	<b>風船バレー</b>	<b>椿の飾り</b>	<b>椿の飾り</b>	<b>椿の飾り</b>	<b>椿の飾り</b>	<b>節分飾り</b>	<b>節分飾り</b>
その他	25	26	27	28	29	30	31
午後	<b>脳トレ</b>	<b>テーブルレク</b>	<b>デコ塗り絵</b>	<b>運動レク</b>	<b>脳トレ</b>	<b>テーブルレク</b>	<b>デコ塗り絵</b>
その他							
午前	<b>1月の主な予定</b>		<b>初詣 オカリナ演奏</b>		<b>製作レク</b> ・塗り絵、裁縫、折り紙、アクセサリー作り		<b>外出レク</b> ・初詣、バラ見学、花見他
その他	<b>主な製作レク</b>		<b>フラワーアレンジメント</b>		・運動レク・風船バレー、卓球、ゴルフ他		<b>料理レク</b> ・手打ちうどん、お菓子作り他
午後			<b>季節のカレンダー 扇飾り</b>		・テーブルレク・マーじゃん、オセロ、将棋		<b>カラオケは毎日楽しめます!</b>
その他			<b>椿の飾り</b>		・ボードレク・言葉遊び、クイズ、脳トレ		<b>麻雀卓完備</b>

