



1月ナイトケアプログラム



		1月1日 (水)	1月3日 (金)
16時～			
18時～			
	1月6日 (月)	1月8日 (水)	1月10日 (金)
16時～		ナイトーク ～新年の抱負 短冊書き	
18時～	リラクゼーション	リラクゼーション	カラオケ
	1月13日 (月)	1月15日 (水)	1月17日 (金)
16時～		ヨガ・ストレッチ	
18時～			
	1月20日 (月)	1月22日 (水)	1月24日 (金)
16時～		ヨガ・ストレッチ	
18時～	リラクゼーション	リラクゼーション	カラオケ
	1月27日 (月)	1月29日 (水)	1月31日 (金)
16時～		ヨガ・ストレッチ	Wii
18時～	リラクゼーション	リラクゼーション	

いろいろお知らせ

★麻雀は金曜日の16時～17時の時間帯で行う事が可能です

☆

★1/6(月):七草粥作りは、実際にみなさんで調理します。今年1年の健康を祝う正月の行事です。

是非みなさんで堪能しましょう♪夕食は通常通り出ます。ご安心ください☆

★1/10(金):落とし玉ゲームは、いくつかのミニゲームを行います☆

★1/27(月):映画鑑賞会は、内容未定です。希望があれば、スタッフまでお声かけください☆