

活動
 プログラム表



2026年
 1月

曜日	月	火	水	木	金	土	日
AM	来所時には、必ず1階のモニタ式自動体温測定機で検温してください。（37.5℃以上の場合は利用をお控えください）来所時には、必ず、手洗い、手指消毒をお願いします。			1	2	3	4
PM	プログラムが急遽、変更・延期・中止になることがありますご了承ください。			閉所	閉所	閉所	閉所
AM	5	6	7	8	9	10	11
PM	瀧宮神社	リラックスヨガ 努力の達人	音タイム 大田屋ランチ	調理 麻婆丼	音タイム ボディケア 倶楽部	閉	閉
AM	12	13	14	15	16	17	18
PM	図書館	映画鑑賞	音タイム	フロア活動	音タイム	所	所
AM	閉所	リラックスヨガ	音タイム	努力の達人	音タイム ボディケア テイクアウト 山笑	フロア活動	閉
PM		図書館	音タイム	SST ～生活技能訓練～	音タイム 筋膜リリース	閉所	所
AM	19	20	21	22	23	24	25
PM	調理 カレーライス	リラックスヨガ 努力の達人	音タイム	竹野食堂 ランチ 	音タイム ボディケア 倶楽部	閉	閉
AM	ゆあLifeゼミ	図書館	音タイム		音タイム	所	所
AM	26	27	28	29	30	31	
PM	努力の達人	リラックスヨガ	音タイム テイクアウト まつや	MEGA ドンキホーテ 	音タイム ボディケア 倶楽部	閉	
AM	フロア活動	図書館	音タイム		音タイム	所	

活動には無理なく参加していただき、お一人お一人の目的にそってご利用していただけるよう取り組んでいきます。
 予定のプログラム以外でも体調にあわせてゆっくりお過ごしください。気になることがあればスタッフに声をかけ下さい。
 お問い合わせ・連絡先:0848－62－1730