



# 令和8年1月 サンシャイン・ヴィラつくば倶楽夢

## 午前 活動予定表

### 10時00分～10時45分



作成：中川 関

日		月		火		水		木		金		土											
<div>★午前中の体操は9時～9時30分です。 体操参加の方にはスタンプカードをお配り致します。 スタンプを溜めてお菓子と交換しましょう。 ★ドリル等をお部屋で行いたい方にプリントをお配りしております。 職員に是非声掛けして下さい。 ★日曜日10時から、お茶を飲みながら来年植える花を一緒に考えましょう！</div> <div></div>												1		2階ホール		2		2階ホール		3		2階ホール	
		大人の折り紙		テーブルゲーム				1階レストラン タオル体操		1階レストラン ボール体操		おしゃれ教室 ～身だしなみ編～											
4		2階ホール		5		2階ホール		6		2階ホール		7											
歌謡曲鑑賞会		大人の折り紙		読書		大人の塗り絵		テーブルゲーム		漢字ドリル28ページ													
10時園芸 ティータイム		1階レストラン ぞら鍼灸院体操		1階レストラン チューブ体操		1階レストラン 音楽・ラジオ体操		1階レストラン タオル体操		1階レストラン ぞら鍼灸院体操		おしゃれ教室 ～髪型編～											
11		2階ホール		12		2階ホール		13		2階ホール		14											
昭和の音楽鑑賞会		読書		テーブルゲーム		漢字ドリル29ページ		大人の折り紙		大人の塗り絵													
10時園芸 ティータイム		1階レストラン ぞら鍼灸院体操		1階レストラン ボール体操		1階レストラン チューブ体操		1階レストラン 音楽・ラジオ体操		1階レストラン ぞら鍼灸院体操		おしゃれ教室 ～身だしなみ編～											
18		2階ホール		19		2階ホール		20		2階ホール		21											
歌謡曲鑑賞会		漢字ドリル30ページ		大人の折り紙		読書		大人の塗り絵		テーブルゲーム		22											
10時園芸 ティータイム		1階レストラン ぞら鍼灸院体操		1階レストラン タオル体操		1階レストラン ボール体操		1階レストラン チューブ体操		1階レストラン ぞら鍼灸院体操		23											
												24											
25		2階ホール		26		2階ホール		27		2階ホール		28											
昭和の音楽鑑賞会		テーブルゲーム		読書		大人の塗り絵		漢字ドリル31ページ		大人の折り紙		29											
10時園芸 ティータイム		1階レストラン ぞら鍼灸院体操		1階レストラン 音楽・ラジオ体操		1階レストラン タオル体操		1階レストラン ボール体操		1階レストラン チューブ体操		30											
												31											
												おしゃれ教室 ～髪型編～											

※テーブルゲームは黒ひげ危機一髪・ワニワニパニック・モグラたたき・オセロ・トランプ各種を用意しています。



# 令和8年 1月 サンシャイン・ヴィラつくば倶楽夢

## 午後 活動予定表

### 13時45分～14時45分



作成：中川 関

日		月		火		水		木		金		土	
★1～3日は書初め、絵馬、立体だるま作りを行います。楽しみにしていて下さい。 ★14日は新年会！カラオケや特技披露を行います。 ★21日はお誕生日会！1月生まれの方をお祝いします。 ★26～30日は団体工作！2月の節分に向けて巨大なおにを作しましょう！		1		2		3		1	1階レストラン	2	1階レストラン	3	2階ホール
								書初め		絵馬作り		だるま作成	
4	2階ホール	5	1階レストラン	6	1階レストラン	7	1階レストラン	8	1階レストラン	9	1階レストラン	10	2階ホール
計算ドリル28ページ 1階レストラン 映画鑑賞 「おとこはつらいよ」		①庭園散歩 ②大人の塗り絵		①アメリカンフラワー ②テーブルゲーム		①アメリカンフラワー ②大人の折り紙		①庭園散歩 ②カラオケ大会		①ペン習字 ②読書		①映画鑑賞会 「釣りバカ日誌」 ②メイクアップ教室	
11	2階ホール	12	1階レストラン	13	1階レストラン	14	1階レストラン	15	1階レストラン	16	1階レストラン	17	2階ホール
計算ドリル29ページ 1階レストラン 映画鑑賞 「釣りバカ日誌」		①庭園散歩 ②読書		①絵手紙 ②大人の折り紙		新年会		①庭園散歩 ②カラオケ大会		①書道 ②大人の塗り絵		①映画鑑賞会 「伊豆の踊子」 ②メイクアップ教室	
18	2階ホール	19	1階レストラン	20	1階レストラン	21	1階レストラン	22	1階レストラン	23	1階レストラン	24	2階ホール
計算ドリル30ページ 1階レストラン 映画鑑賞 「伊豆の踊子」		①庭園散歩 ②テーブルゲーム		①ペン習字 ②読書		Happy Birthday お誕生日会		①庭園散歩 ②カラオケ大会		ボール対決		①映画鑑賞会 「転校生」 ②メイクアップ教室	
25	2階ホール	26	1階レストラン	27	1階レストラン	28	1階レストラン	29	1階レストラン	30	1階レストラン	31	1階レストラン
計算ドリル31ページ 1階レストラン 映画鑑賞 「転校生」		団体作品 「節分」		団体作品 「節分」		団体作品 「節分」		団体作品 「節分」		団体作品 「節分」		①映画鑑賞会 「HACHI」 ②メイクアップ教室	

※テーブルゲームは黒ひげ危機一髪・ワニワニパニック・モグラたたき・オセロ・トランプ各種を用意しています。