

# サニーステージ星川 1月レクリエーションカレンダー

| 日  | 月<br>入浴  | 火<br>入浴   | 水<br>入浴   | 木<br>入浴   | 金<br>入浴   | 土<br>入浴  |
|--|--|---|---|---|---|--|
|                             |                           |                                | 1<br><br>新年祝賀会            | 2<br><br>おもちつき大会     | 3<br><br>リズム体操           | 4<br><br>書き初め             |
| 5<br><br>はまちゃんの<br>いきいき体操   | 6<br><br>リズム体操            | 7<br><br>的当てゲーム                | 8<br><br>横ちゃんの<br>貯筋体操   | 9<br><br>テーブル<br>ゲーム | 10<br><br>理美容<br>ちぎれ絵    | 11<br><br>フラワー<br>アレンジメント |
| 12<br><br>映画鑑賞              | 13<br><br>成人の日<br>輪投げ     | 14<br><br>スリッパ飛ばし              | 15<br><br>横ちゃんの<br>貯筋体操   | 16<br><br>ボールDE体操    | 17<br><br>リズム体操          | 18<br><br>園芸              |
| 19<br><br>はまちゃんの<br>いきいき体操 | 20<br><br>風船バレー           | 21<br><br>脳トレクイズ               | 22<br><br>横ちゃんの<br>貯筋体操  | 23<br><br>鬼の面<br>作り | 24<br><br>ちぎれ絵           | 25<br><br>ピンポン玉<br>カップイン |
| 26<br><br>映画鑑賞            | 27<br><br>理美容<br>パターゴルフ | 28<br><br>横浜銀行<br>信託<br>セミナー | 29<br><br>横ちゃんの<br>貯筋体操 | 30<br><br>カラオケ     | 31<br><br>壁面アート<br>工作① |  |

嚙下体操 (11時 55分)

顔の筋肉を柔らかくし 飲込みを良くする体操

第2日曜日 10時～14時 エステサロン

第1土曜日 12時30分～14時 移動販売かなやさ

イベントのお知らせ  
1月1日(水) 新年祝賀会  
1月2日(木) お餅つき大会

