



# 1月 レクリエーションカレンダー



			水	木	金	土
			1	2	3	4
本年もよろしくお願ひ申し上げます。			DAM体操	DAMカラオケ	DAM体操	DAM体操
5	6	7	8	9	10	11
ゲーム大会	訪問理美容	DAM脳トレ	DAMカラオケ	クラフト 箸置き作り	DAM脳トレ	しりとりゲーム
12	13	14	15	16	17	18
輪投げ	DAMクイズ	DAM脳トレ	風船バレー	DAM脳トレ	DAMカラオケ	ボーリング
19	20	21	22	23	24	25
映画鑑賞	DAMクイズ	DAM脳トレ	折り紙	DAMカラオケ	DAM脳トレ	しりとりゲーム
26	27	28	29	30	31	
ゲーム大会	DAMクイズ	DAM脳トレ	離宮様 コーラス参加	ボーリング	DAM脳トレ	
♪ 筋力低下予防のため、毎日うめぼし体操を行います！ ♪						

