













	日	月	火	水	木	金	土
月日 午前 午後 夕方	1月 活動計画表 				1月1日 元日 わおんお休み 	1月2日 わおんお休み 	1月3日 書道 鏡開き カラオケ 卓球
月日 午前 午後 夕方	1月4日 わおん お休み 	1月5日 座談会・大掃除 活動選択 カラオケ 新年の目標！	1月6日 投扇興 珈琲時間 個別活動	1月7日 ボッチャ SST カラオケ すごろく	1月8日 わおんお休み 	1月9日 テーブルビリヤード えびす祭り 活動選択 塗り絵	1月10日 うたごえタイム 買物会（ディオ鳴門） カラオケ 卓球
月日 午前 午後 夕方	1月11日 わおん お休み 	1月12日 成人の日 わおんお休み 	1月13日 頭の体操 モルック 活動選択 カラオケ	1月14日 クッキング お好み焼き 夕方SST	1月15日 わおんお休み 	1月16日 俳句会 交流プラザ（野球ゲーム） 活動選択 スティッキー	1月17日 ヨガ・ストレッチ 買物会（ラムー） カラオケ 卓球
月日 午前 午後 夕方	1月18日 わおん お休み 	1月19日 健康チェック 買物会（ビッグ） カラオケ 夕方SST	1月20日 健康チェック スペースマイナー 卓球 カレンダー	★ ぶらぶら探訪 個別活動	1月22日 わおんお休み 	1月23日 バグゴ 交流プラザ 活動選択 カレンダー	1月24日 頭の体操 買物会（ディオ鳴門） カラオケ 卓球
月日 午前 午後 夕方	1月25日 わおん お休み 	1月26日 キビダンガー 御初釜 囲碁ボール 人生ゲーム	1月27日 パットゴルフ 映画観賞会 活動選択 カラオケ	1月28日 野球ゲーム SST カラオケ ミニモルック	1月29日 わおんお休み 	1月30日 メタ認知トレーニング 買物会（ゆめタウン） 活動選択 DOS	1月31日 ボッチャ 買物会（ラムー） カラオケ 卓球



2026年もよろしくお願いいたします。 TAOKAこころのデイケアわおん TEL：088-622-5650



※★プログラムは事前に参加申し込みが必要です。  
予告なくプログラムが変更になる場合があります。