

# ひだまり 2026年 1月のプログラム

月	火	水	木	金	土
あさひクリニック デイケアひだまり  直通0853-20-1060 FAX 0853-20-1061			1   年末年始のお休みは4日までです。	2	3
5 ・曜日別プログラム検討 ・血圧測定、体重測定  ・音楽を聴く会 ・ポツチャ	6 ・曜日別プログラム検討 ・血圧測定、体重測定 （書初め）  ・ボウリング ・キャンディー合戦	7 ・曜日別プログラム検討 ・血圧測定、体重測定 （書初め）（音楽の風車）  ・カラオケ ・ダーツ	8 ・曜日別プログラム検討 ・血圧測定、体重測定 （フットケア）  ・カラオケ ・輪投げ	9 ・曜日別プログラム検討 ・血圧測定、体重測定 （フットケア）  ・パン屋巡り ・ダーツ	10 ・曜日別プログラム検討 （初詣 塩冶神社）  ・カラオケ ・ピンポンカップイン
12  成人の日	13 ・スクラッチアート ・WRAP  ・散髪ツアー ・シュートパッカー	14 ・カレンダー作り ・DVD鑑賞「朽ちないサクラ」  ・スピードゲーム ・DVD鑑賞 つづき	15 ・手芸 ・Willスポーツ  ・しまむら塩冶店	16 ・メイプルストレッチ ・輪投げ  ・初詣（出雲大社）	17 ・新春百人一首大会 ・卓球  お年玉 フリーマーケット
19 ・デッサン教室 ・当日に決める  ・SST ・ダーツ	20 ・季節の壁面作り ・ダーツ  ・初詣（万九千神社）	21 ・卓球 ・ポツチャ  ・スカットボール ・ボウリング	22 ・お花クラブ ・卓球 ・外食に行ってみよう （希望者のみ） ・スカットボール ・音楽を聴く会	23 ・スクラッチアート ・DVD鑑賞 「金の国、水の国」 ・スカットボール ・DVD鑑賞 つづき	24 ・シュートパッカー ・DVD鑑賞「天国と地獄」  ・ダーツ ・DVD鑑賞 つづき
26 ・かぎ針編み教室 ・カラオケ  ・足湯（吉桃館）	27 ・OTフェスタ作品作り ・カラーリング  ・手話サークル ・スカットボール	28 ・カラーリング ・ピンポンカップイン  ・あんり	29 ・カレンダー作り ・ダーツ  ・カラーリング ・卓上ゲーム	30 ・かまぼこ板の絵 ・シュートパッカー  ・クリーン作戦 & ティータイム	31 ・ボウリング ・ポツチャ  ・初詣 須佐神社