

# 1月の プログラム

1日 火	2日 水
ゆいお休み	ゆいお休み

5日 月		6日 火		7日 水		8日 木		9日 金	
訓練	介護	訓練	介護	訓練	介護	訓練	介護	訓練	介護
10:00 ゴミ拾い		10:00		10:00 ヨガ		10:00		10:00 カラオケ	
11:00		11:00		11:00 ボッチャ		11:00 しゃべり場		11:00 カラオケ	
12:00 ランチ やわらか煮豚 用意		12:00 キーマカレー		12:00 きのこソースのチキンステーキ 清掃		12:00 ワンブレートランチ 清掃		12:00 三食弁 清掃	
13:00 ティータイム フラダンス		13:00 初詣(諏訪神社) &たいやき		13:00 音楽セッション		13:00 北浦DR 麻雀		13:00 フットサル Tタイム ハンドメイド 数歩orラジオ体操	
14:00 カラオケ		14:00 絵手紙		14:00 カラオケ		14:00 カラオケ		14:00 カラオケ	
15:00 掃除タイム		15:00 掃除タイム		15:00 掃除タイム		15:00 掃除タイム		15:00 掃除タイム	
16:00 閉所		16:00 閉所		16:00 閉所		16:00 閉所		16:00 閉所	
12日 月		13日 火		14日 水		15日 木		16日 金	
訓練	介護	訓練	介護	訓練	介護	訓練	介護	訓練	介護
10:00 カラオケ・麻雀・ おしゃべり…何でも可！		10:00 ヨガ		10:00 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00 22:00 23:00 24:00 25:00 26:00 27:00 28:00 29:00 30:00 31:00 32:00 33:00 34:00 35:00 36:00 37:00 38:00 39:00 40:00 41:00 42:00 43:00 44:00 45:00 46:00 47:00 48:00 49:00 50:00 51:00 52:00 53:00 54:00 55:00 56:00 57:00 58:00 59:00 60:00 61:00 62:00 63:00 64:00 65:00 66:00 67:00 68:00 69:00 70:00 71:00 72:00 73:00 74:00 75:00 76:00 77:00 78:00 79:00 80:00 81:00 82:00 83:00 84:00 85:00 86:00 87:00 88:00 89:00 90:00 91:00 92:00 93:00 94:00 95:00 96:00 97:00 98:00 99:00 100:00 101:00 102:00 103:00 104:00 105:00 106:00 107:00 108:00 109:00 110:00 111:00 112:00 113:00 114:00 115:00 116:00 117:00 118:00 119:00 120:00 121:00 122:00 123:00 124:00 125:00 126:00 127:00 128:00 129:00 130:00 131:00 132:00 133:00 134:00 135:00 136:00 137:00 138:00 139:00 140:00 141:00 142:00 143:00 144:00 145:00 146:00 147:00 148:00 149:00 150:00 151:00 152:00 153:00 154:00 155:00 156:00 157:00 158:00 159:00 160:00 161:00 162:00 163:00 164:00 165:00 166:00 167:00 168:00 169:00 170:00 171:00 172:00 173:00 174:00 175:00 176:00 177:00 178:00 179:00 180:00 181:00 182:00 183:00 184:00 185:00 186:00 187:00 188:00 189:00 190:00 191:00 192:00 193:00 194:00 195:00 196:00 197:00 198:00 199:00 200:00 201:00 202:00 203:00 204:00 205:00 206:00 207:00 208:00 209:00 210:00 211:00 212:00 213:00 214:00 215:00 216:00 217:00 218:00 219:00 220:00 221:00 222:00 223:00 224:00 225:00 226:00 227:00 228:00 229:00 230:00 231:00 232:00 233:00 234:00 235:00 236:00 237:00 238:00 239:00 240:00 241:00 242:00 243:00 244:00 245:00 246:00 247:00 248:00 249:00 250:00 251:00 252:00 253:00 254:00 255:00 256:00 257:00 258:00 259:00 260:00 261:00 262:00 263:00 264:00 265:00 266:00 267:00 268:00 269:00 270:00 271:00 272:00 273:00 274:00 275:00 276:00 277:00 278:00 279:00 280:00 281:00 282:00 283:00 284:00 285:00 286:00 287:00 288:00 289:00 290:00 291:00 292:00 293:00 294:00 295:00 296:00 297:00 298:00 299:00 300:00 301:00 302:00 303:00 304:00 305:00 306:00 307:00 308:00 309:00 310:00 311:00 312:00 313:00 314:00 315:00 316:00 317:00 318:00 319:00 320:00 321:00 322:00 323:00 324:00 325:00 326:00 327:00 328:00 329:00 330:00 331:00 332:00 333:00 334:00 335:00 336:00 337:00 338:00 339:00 340:00 341:00 342:00 343:00 344:00 345:00 346:00 347:00 348:00 349:00 350:00 351:00 352:00 353:00 354:00 355:00 356:00 357:00 358:00 359:00 360:00 361:00 362:00 363:00 364:00 365:00 366:00 367:00 368:00 369:00 370:00 371:00 372:00 373:00 374:00 375:00 376:00 377:00 378:00 379:00 380:00 381:00 382:00 383:00 384:00 385:00 386:00 387:00 388:00 389:00 390:00 391:00 392:00 393:00 394:00 395:00 396:00 397:00 398:00 399:00 400:00 401:00 402:00 403:00 404:00 405:00 406:00 407:00 408:00 409:00 410:00 411:00 412:00 413:00 414:00 415:00 416:00 417:00 418:00 419:00 420:00 421:00 422:00 423:00 424:00 425:00 426:00 427:00 428:00 429:00 430:00 431:00 432:00 433:00 434:00 435:00 436:00 437:00 438:00 439:00 440:00 441:00 442:00 443:00 444:00 445:00 446:00 447:00 448:00 449:00 450:00 451:00 452:00 453:00 454:00 455:00 456:00 457:00 458:00 459:00 460:00 461:00 462:00 463:00 464:00 465:00 466:00 467:00 468:00 469:00 470:00 471:00 472:00 473:00 474:00 475:00 476:00 477:00 478:00 479:00 480:00 481:00 482:00 483:00 484:00 485:00 486:00 487:00 488:00 489:00 490:00 491:00 492:00 493:00 494:00 495:00 496:00 497:00 498:00 499:00 500:00 501:00 502:00 503:00 504:00 505:00 506:00 507:00 508:00 509:00 510:00 511:00 512:00 513:00 514:00 515:00 516:00 517:00 518:00 519:00 520:00 521:00 522:00 523:00 524:00 525:00 526:00 527:00 528:00 529:00 530:00 531:00 532:00 533:00 534:00 535:00 536:00 537:00 538:00 539:00 540:00 541:00 542:00 543:00 544:00 545:00 546:00 547:00 548:00 549:00 550:00 551:00 552:00 553:00 554:00 555:00 556:00 557:00 558:00 559:00 560:00 561:00 562:00 563:00 564:00 565:00 566:00 567:00 568:00 569:00 570:00 571:00 572:00 573:00 574:00 575:00 576:00 577:00 578:00 579:00 580:00 581:00 582:00 583:00 584:00 585:00 586:00 587:00 588:00 589:00 590:00 591:00 592:00 593:00 594:00 595:00 596:00 597:00 598:00 599:00 600:00 601:00 602:00 603:00 604:00 605:00 606:00 607:00 608:00 609:00 610:00 611:00 612:00 613:00 614:00 615:00 616:00 617:00 618:00 619:00 620:00 621:00 622:00 623:00 624:00 625:00 626:00 627:00 628:00 629:00 630:00 631:00 632:00 633:00 634:00 635:00 636:00 637:00 638:00 639:00 640:00 641:00 642:00 643:00 644:00 645:00 646:00 647:00 648:00 649:00 650:00 651:00 652:00 653:00 654:00 655:00 656:00 657:00 658:00 659:00 660:00 661:00 662:00 663:00 664:00 665:00 666:00 667:00 668:00 669:00 670:00 671:00 672:00 673:00 674:00 675:00 676:00 677:00 678:00 679:00 680:00 681:00 682:00 683:00 684:00 685:00 686:00 687:00 688:00 689:00 690:00 691:00 692:00 693:00 694:00 695:00 696:00 697:00 698:00 699:00 700:00 701:00 702:00 703:00 704:00 705:00 706:00 707:00 708:00 709:00 710:00 711:00 712:00 713:00 714:00 715:00 716:00 717:00 718:00 719:00 720:00 721:00 722:00 723:00 724:00 725:00 726:00 727:00 728:00 729:00 730:00 731:00 732:00 733:00 734:00 735:00 736:00 737:00 738:00 739:00 740:00 741:00 742:00 743:00 744:00 745:00 746:00 747:00 748:00 749:00 750:00 751:00 752:00 753:00 754:00 755:00 756:00 757:00 758:00 759:00 760:00 761:00 762:00 763:00 764:00 765:00 766:00 767:00 768:00 769:00 770:00 771:00 772:00 773:00 774:00 775:00 776:00 777:00 778:00 779:00 780:00 781:00 782:00 783:00 784:00 785:00 786:00 787:00 788:00 789:00 790:00 791:00 792:00 793:00 794:00 795:00 796:00 797:00 798:00 799:00 800:00 801:00 802:00 803:00 804:00 805:00 806:00 807:00 808:00 809:00 810:00 811:00 812:00 813:00 814:00 815:00 816:00 817:00 818:00 819:00 820:00 821:00 822:00 823:00 824:00 825:00 826:00 827:00 828:00 829:00 830:00 831:00 832:00 833:00 834:00 835:00 836:00 837:00 838:00 839:00 840:00 841:00 842:00 843:00 844:00 845:00 846:00 847:00 848:00 849:00 850:00 851:00 852:00 853:00 854:00 855:00 856:00 857:00 858:00 859:00 860:00 861:00 862:00 863:00 864:00 865:00 866:00 867:00 868:00 869:00 870:00 871:00 872:00 873:00 874:00 875:00 876:00 877:00 878:00 879:00 880:00 881:00 882:00 883:00 884:00 885:00 886:00 887:00 888:00 889:00 890:00 891:00 892:00 893:00 894:00 895:00 896:00 897:00 898:00 899:00 900:00 901:00 902:00 903:00 904:00 905:00 906:00 907:00 908:00 909:00 910:00 911:00 912:00 913:00 914:00 915:00 916:00 917:00 918:00 919:00 920:00 921:00 922:00 923:00 924:00 925:00 926:00 927:00 928:00 929:00 930:00 931:00 932:00 933:00 934:00 935:00 936:00 937:00 938:00 939:00 940:00 941:00 942:00 943:00 944:00 945:00 946:00 947:00 948:00 949:00 950:00 951:00 952:00 953:00 954:00 955:00 956:00 957:00 958:00 959:00 960:00 961:00 962:00 963:00 964:00 965:00 966:00 967:00 968:00 969:00 970:00 971:00 972:00 973:00 974:00 975:00 976:00 977:00 978:00 979:00 980:00 981:00 982:00 983:00 984:00 985:00 986:00 987:00 988:00 989:00 990:00 991:00 992:00 993:00 994:00 995:00 996:00 997:00 998:00 999:00 1000:00 1001:00 1002:00 1003:00 1004:00 1005:00 1006:00 1007:00 1008:00 1009:00 1010:00 1011:00 1012:00 1013:00 1014:00 1015:00 1016:00 1017:00 1018:00 1019:00 1020:00 1021:00 1022:00 1023:00 1024:00 1025:00 1026:00 1027:00 1028:00 1029:00 1030:00 1031:00 1032:00 1033:00 1034:00 1035:00 1036:00 1037:00 1038:00 1039:00 1040:00 1041:00 1042:00 1043:00 1044:00 1045:00 1046:00 1047:00 1048:00 1049:00 1050:00 1051:00 1052:00 1053:00 1054:00 1055:00 1056:00 1057:00 1058:00 1059:00 1060:00 1061:00 1062:00 1063:00 1064:00 1065:00 1066:00 1067:00 1068:00 1069:00 1070:00 1071:00 1072:00 1073:00 1074:00 1075:00 1076:00 1077:00 1078:00 1079:00 1080:00 1081:00 1082:00 1083:00 1084:00 1085:00 1086:00 1087:00 1088:00 1089:00 1090:00 1091:00 1092:00 1093:00 1094:00 1095:00 1096:00 1097:00 1098:00 1099:00 1100:00 1101:00 1102:00 1103:00 1104:00 1105:00 1106:00 1107:00 1108:00 1109:00 1110:00 1111:00 1112:00 1113:00 1114:00 1115:00 1116:00 1117:00 1118:00 1119:00 1120:00 1121:00 1122:00 1123:00 1124:00 1125:00 1126:00 1127:00 1128:00 1129:00 1130:00 1131:00 1132:00 1133:00 1134:00 1135:00 1136:00 1137:00 1138:00 1139:00 1140:00 1141:00 1142:00 1143:00 1144:00 1145:00 1146:00 1147:00 1148:00 1149:00 1150:00 1151:00 1152:00 1153:00 1154:00 1155:00 1156:00 1157:00 1158:00 1159:00 1160:00 1161:00 1162:00 1163:00 1164:00 1165:00<br					