




日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	①調理プログラム ②ラジオ体操/散歩 〈月曜スポーツ〉 椅子に座ってエクササイズ 13:30開始	①調理プログラム ②買い出しツアー 〈火曜イベント〉 豆まきをしよう!! 13:30開始	①調理プログラム ②ラジオ体操/散歩 〈テーブルゲーム &switchスポーツ〉 13:30 開始	①調理プログラム ②ラジオ体操/散歩 〈とまり木アート〉 とまり木の模様替えや 外出あるかも	①調理プログラム ②プチ買い出しツアー ①とまり木ミーティング 13:30~ ②みんなと語ろう食生活! 14:30 開始です。	①調理プログラム ②今週の振り返り ①ゆっくりDVD ②とまり木ひろば
8	9	10	11	12	13	14
	①調理プログラム ②ラジオ体操/散歩 〈月曜ドライブ〉 ゆめタウン 13:00 出発	①調理プログラム ②買い出しツアー 〈とまり木カフェ〉 今月もとまり木カフェを開催します。皆さんの参加をお待ちしています。	建国記念日	①調理プログラム ②ラジオ体操/散歩 〈とまり木アート〉 とまり木の模様替えや 外出あるかも	①調理プログラム ②プチ買い出しツアー 〈バレンタイン企画〉 13:30開始 チョコレートお菓子を作ろう *チョコができるまでゲーム	 ①ゆっくりDVD ②とまり木ひろば
15	16	17	18	19	20	21
	①調理プログラム ②ラジオ体操/散歩 〈月曜ドライブ〉 カラオケに行こう 12:45 出発	①調理プログラム ②買い出しツアー 〈とまり木ひろば〉 スイッチでボーリング、ゴルフなどに挑戦してみませんか?	①調理プログラム ②ラジオ体操/散歩 〈テーブルゲーム &switchスポーツ〉 13:30 開始	①調理プログラム ②ラジオ体操/散歩 〈モルックをしよう〉 今年最初のモルックです。 悪天候の場合はルールの確認	①調理プログラム ②プチ買い出しツアー 〈金曜ドライブ〉 小郡図書館 13:00 出発	①調理プログラム ②今週の振り返り ①ゆっくりDVD ②とまり木ひろば
22	23	24	25	26	27	28
	天皇誕生日	①調理プログラム ②買い出しツアー 〈とまり木ひろば〉 好きなアーティストのCDを聴いたりゆっくり本を読んでもOKです	①調理プログラム ②ラジオ体操/散歩 〈テーブルゲーム &switchスポーツ〉 13:30 開始	①調理プログラム ②ラジオ体操/散歩 〈とまり木アート〉 とまり木の模様替えや 外出あるかも	①調理プログラム ②ラジオ体操/散歩 〈金曜ショッピング〉 まるき&セリア 13:00 出発	①調理プログラム ①ゆっくりDVD ②とまり木ひろば

2026年2月プログラム



【感染対策として】

引き続き、通所前の検温、マスク着用、手洗いのご協力をお願いします。なお、自身やご家族に体調不良の方がいらっしゃる場合はお申し出ください。

生活訓練事業所 とまり木