

しんおとう 1月予定表

※12月25日時点でのプログラム詳細になります。今後変更になる可能性があります

2026年1月

開所時間：(月)～(金)9時30分～16時

お休み：土日祝

開所日 黄色：午前、水色：午後

月 火 水			木	金
―― 1月4日までお休みです。5日から開所します。 ――			1 元日	2
5	6	7	8	9
				10:00～11:30 買い物 茶話会のお菓子とブレスレット作りの材料を 買いに、高辻のシャンピアへ行きます。
13:30～14:30 ウォーキング 住吉神社・金山神社・八白龍神社の 3つの神社をめぐる。		13:30～14:30 こころの元気 「病気を深く知りたい・学びたい」をテーマに こころの元気という本を読み合わせします。		13:30～14:30 オトバタ会議 やりたいことを利用者のみなさんと 話し合い、来月の予定を立てます。
12 成人の日 お休み	13	14	15	16
		12:55 しんおとう出発 13:12 泉楽通4丁目行き バスに乗る (金山4番乗り場) 13:21 神宮東門駅到着 13:30 つきみがおかと合流 初詣＆自由時間 14:30頃 現地解散 (職員としんおとうに 帰ってもOKです) ※小雨決行☂		10:00～11:00 ブレスレット作り あなただけのオリジナルブレスレットを作りましょう♪参加費200円 参加ご希望の方は8日までに職員にお知らせください。飛び入り参加でもOK！
	13:00～ 熱田神宮初詣 瑞穂の地活「つきみがおか」と一緒に 初詣へ行く企画です♪			13:30～15:00 新年茶話会 2025年を振り返り2026年の抱負を 語ろう！お茶＆お菓子代は100円
19	20	21	22	23
10:00～11:00 プログラムミーティング オトバタ会議で話せなかった、プログラ ムの内容を詳しく決めていきます。				
13:30～14:30 ポツチャ フリースペースでポツチャをします。 白い玉目指してボールを投げるチーム戦♪	13:30～14:30 音楽鑑賞 プロジェクターでYouTubeを映します。 好きな音楽をみんなで聴いてみよう♪			13:30～14:30 折り紙 今回は節分の折り紙を製作します。 折りたいもの募集中！
26	27	28	29	30
		10:00～ 住吉神社掃除 職員と一緒にしんおとうの氏神様である 住吉神社のお掃除をします。	10:00～11:00 チェアヨガ 椅子に座ってできるヨガです。 心と体をリフレッシュしましょう。	
13:30～15:00 書道 ボランティア講師さんによる書道は、今回書初めです。 お手本を見ながら書いてみましょう♪習字道具は不要、参加費は100円です。 (書きたい文字がある方は、1月9日までに職員へお知らせください。)		13:30～15:00 茶話会 コーヒーの準備から片付けまで みんなで楽しみましょう♪ お茶＆お菓子代は100円		

※オトバタ会議…みなさんが参加できるように、2026年から第2週目の曜日でローテーションしていきます。