

# みんなの家・朝霞膝折 1 月 行事予定

2025

2025/1/1

日	月	火	水	木	金	土
29 	30 	31 	1 元日 ALSOK体操/ラジオ体操	2 ・新聞休刊日 ALSOK体操/ラジオ体操	3 ALSOK体操/ラジオ体操	4 ・2階往診日 ・シニアセラピー ALSOK体操/ラジオ体操
5 ALSOK体操/ラジオ体操	6 ・リモート初詣 ・眼科往診日 ALSOK体操/ラジオ体操	7 七草 ALSOK体操/ラジオ体操	8 ・歯科衛生士口腔ケア ALSOK体操/ラジオ体操	9 ALSOK体操/ラジオ体操	10 ・1階往診日 ALSOK体操/ラジオ体操	11 鏡開き ・シニアセラピー ALSOK体操/ラジオ体操
12 ALSOK体操/ラジオ体操	13 成人の日 ALSOK体操/ラジオ体操	14 ・ALSOKあんしんヨガ ALSOK体操/ラジオ体操	15 ・歯科往診日 ALSOK体操/ラジオ体操	16 ALSOK体操/ラジオ体操	17 ALSOK体操/ラジオ体操	18 ・2階往診日 ・シニアセラピー ALSOK体操/ラジオ体操
19 ALSOK体操/ラジオ体操	20 ALSOK体操/ラジオ体操	21 ALSOK体操/ラジオ体操	22 ALSOK体操/ラジオ体操	23 ALSOK体操/ラジオ体操	24 ・歯科衛生士口腔ケア ・1階往診日 ALSOK体操/ラジオ体操	25 ・シニアセラピー ALSOK体操/ラジオ体操
26 ALSOK体操/ラジオ体操	27 ・いきいきリズム体操 ALSOK体操/ラジオ体操	28 ALSOK体操/ラジオ体操	29 ・歯科往診日 ALSOK体操/ラジオ体操	30 ALSOK体操/ラジオ体操	31 ALSOK体操/ラジオ体操	1 ALSOK体操/ラジオ体操

◆ トランプ遊び ・かるた取り ・風船バレー ・音楽ビデオ鑑賞 他(不定期随時開催)

2025/1/1現時点での予定