

2026年 1月スケジュール（金曜日NC入浴男性・女性隔週となります）

	月	火	水	木	金	土
AM	12月29日 GM 脳トレ	12月30日 園芸 ピンポンリング	12月31日 大晦日	1日 元旦	2日	3日
PM	卓上カーリング DNC-映画	大掃除 年越し蕎麦				
AM	5日 アートセラピー ミーティング	6日 園芸 グルメ会/自由活動	7日 卓球	8日 園芸 ペタンク	9日 お茶会 自由活動	10日
PM	書道(書初め) なるべく全員参加	射的 DNC-映画	買い物(トライアル) 吸盤投げ	銭湯巡り(ほなみの湯) 自由活動	ゲートボール DNC-映画(入浴女性)	
AM	12日 成人の日	13日 園芸 ポッチャ	14日 ラダーゴルフ	15日 園芸 ダーツ	16日 バウンスポール	17日 いろはカルタ大会 (賞品あり)
PM		ゲートボール DNC-映画	料理 自由活動	ウォーキング(笠城ダム) 自由活動	外出(直方びっくり市) DNC-映画(入浴男性)	ぜんざい会
AM	19日 心理教育 自由活動	20日 園芸 卓上カーリング	21日 卓球	22日 初詣(宮地嶽神社) ↓ 宗像の道の駅	23日 フリーテニス	24日
PM	 youtube体操	コーンホール DNC-映画	買い物(トライアル) ペタンク		ゲートボール DNC-映画(入浴女性)	
AM	26日 GM 脳トレ	27日 園芸 吸盤投げ	28日 ピンポンリング	29日 園芸 映画	30日 ポッチャ	31日
PM	ダーツ	ゲートボール DNC-映画	料理 自由活動	お菓子作り 自由活動	卓上カーリング DNC-映画(入浴男性)	

※活動は急遽 変更する場合があります ※GM・心理教育とアートセラピーは元スマイル薬局での実施

1月プログラムについて

- ・5日、新年1回目にミーティングを予定しています。午後は書き初め。納得いく1枚が完成したら、発表を行います。
- ・6日はグルメ会を予定しています。5日のミーティング後に行き先を話し合うので、参加希望の方は5日も参加をお願いします。
- ・8日の銭湯巡りは「ほなみの湯」を予定しています。着替えやタオルの持参をお願いします。入浴料金はセンターで負担します。
- ・15日は笠城ダムにてウォーキングです。歩きやすい靴、暖かい服装で来所して下さい。寒くなると運動の習慣がなくなるので、積極的に参加して下さい。
- ・16日の外出は、直方のびっくり市に行きます。案内を貼るので、参加希望の方は早めに氏名の記入をお願いします。
- ・17日の土曜日はカルタ大会と、ぜんざい会を行います。案内を貼るので、参加希望の方は早めに氏名の記入をお願いします。
- ・19日の午後の体操は前回好評だったので、youtubeを使って体操をします。
- ・22日は初詣は、宮地嶽神社から宗像の道の駅のコースで予定しています。案内を貼るので、参加希望の方は早めに氏名の記入をお願いします。

12/2 ミーティングでのメンバーさんからの意見・要望など

- ・七輪で焼いたサンマの塩焼きが食べたい。→**サンマが実費でよければ可能です。昼食のおかずにプラス一品できるようにAM活動として行えます。**
- ・カラオケ(招き猫)に行きたい。→**予算の都合上、早くても春先になります。**
- ・もちつきがしたい。→**安全面や衛生面の都合上、実施は難しいです。どうすれば実施できるか、スタッフで検討してみます。**
- ・凧あげがしたい。→**河川敷なら可能なので、希望者が一定数いれば実施したいと思います。**
- ・キャッチボールがしたい。→**いつでもスタッフにお声かけ下さい。**
- ・SNSでメンタルケアセンターの情報を発信して欲しい。→**検討します。**
- ・ロッカーを使う人は、鍵を取る時に名札をかけて欲しい。→**全メンバーに声かけを徹底していきます。**
- ・映画のリクエスト→**アベンジャーズ、ローマの休日、卒業、ペントハウス、キングコング、ゴジラ、ガメラ、Dr.コトー、ひまわり(ソフィアローレン)、カトちゃんケンちゃん**

センタースタッフからの要望

- ・来所時にカード提出を忘れて、昼食時に食数が足りずに気づくことが直近で3回ありました。ご飯を最後に取りに来る方に影響があるので、再度注意喚起させていただきます。
- ・送迎に関して、ナイトの送り時にいつも通りの順番じゃないとクレームがありました。順番はスタッフが交通状況や効率をみて決めます。ご了承下さい。
- ・映画中に、和室で割と大きめの声で談笑されている方がいます。「集中できない」と声が上がっています。活動中は活動優先になるので、配慮をお願いします。
- ・氷は今ある分で終了となります。ご了承下さい。