



2022年

1月



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|------------|-------------------------------|--|-------------|------------|------------------------------|---------------------------|
| | | | | | | 1 元旦 |
| 2 | 3 | 4 リモート体操 お誕生日 | 5 | 6 | 7 昼食 風邪予防! あったかメニュー | 8 |
| 9 | 10 鏡開き 成人の日 | 11 往診 歯科往診 | 12 お誕生日会 | 13 | 14 | 15 昼食 小正月祝膳 お誕生日 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 お誕生日 | 24 昼食 和歌山県ご当地メニュー 往診 | 25 | 26 お誕生日 | 27 歯科往診 | 28 お誕生日 | 29 |
| 30 | 31 お誕生日 | 毎日の日課 AM 嚙下体操 あんしん体操 PM 梅干し体操 ラジオ体操 | | | | |