

1月 予定表

【1月の豆知識】

●鏡開き●

1/1 は1鏡開きです。正月に年神様（豊穡の神）へ供えた鏡餅を食べて家族の円満を祝う行事です。平安時代には、すでに鏡開きが行われており、「源氏物語」にも記述があります。

●小正月（こしょうがつ）●

元旦を「大正月（おおしょうがつ）」、15日を「小正月」と呼びます。この日には餅花などを飾り、田植踊りなどの行事で、その年の豊作を祈ります。また、小豆粥を食べて無病息災を願います。



☆今月の体操☆

ゆきやこんこ

日	月	火	水	木	金	土
			 1 定休日	2 定休日	3 定休日	4 喫茶 正月の遊び
5 定休日	6 音楽療法 	7 喫茶 	8	9 ハピトレ 	10 喫茶 	11
色のせゲーム						
12 定休日	 13 喫茶 	14 リズム えんどう 	15	16 喫茶 	17 書道 	18
えんどうゴルフ						
19 定休日	20 床屋さん メ切り	21 押し花 	22 喫茶 	23 音楽療法 	24	25 誕生日会
チャレンジウィーク						
26 定休日	27 お楽しみ会 	28 リズム えんどう 	29 床屋さん	30 ハピトレ 	31 リズム えんどう 	
おやつ作り(鈴カステラ)						