

令和8年3月のお知らせ

行事予定	お休みのお知らせ	変更のお知らせ
3日(火) ケア うたの集い 5日(木) 意見交換会 8日(日) スプリングコンサート 9日(月) 絵手紙教室 12日(木) エコ粘土教室 16日(月) 介護予防教室『ウォーキングと健康増進について』 17日(火) ケア うたの集い 23日(月) 歌おう会	26日(木) 健康講演会『快適な日々 目の健康』 29日(日) DVD上映会『スラムドッグ\$ミリオネア』 ◆編み物 7日(土)、21日(土) ◆中庭散策 20日(金・祝) ■健康相談 20日(金・祝)	うたの集い 5日(木)→3日(火) ◆コーラス 2/20(金)→13日(金)

カレンダー ◆サークルの予定 ◆同好会の予定 ◆運営企画の予定						
日	月	火	水	木	金	土
1	2 ◆中庭散策 ◆いきいき百歳体操 ◆囲碁 13:30~16:30 ■健康相談	3 ◆座って体操 ◆水中歩行 10:15~10:45 ◆卓球 13:30~16:00 ◆カリンパ同好会 14:00~15:00 うたの集い(ケアテイルーム) 14:00~14:50 ふれあいマルシェ 14:00~ 	4 ◆中庭散策 ◆描こう会 10:00~12:00 ◆床運動 14:15~14:45 まほろばパン 9:45~ ■健康相談	5 ◆いきいき百歳体操 ◆カラオケ 14:00~16:00 意見交換会(多目的ホール) 14:00~15:00 ■健康相談	6 ◆中庭散策 ◆コーラス 10:00~11:00 ◆床運動 14:15~14:45 ■健康相談	7 ◆卓球 13:30~16:00
8	9 ◆中庭散策 ◆いきいき百歳体操 ◆囲碁 13:30~16:30 絵手紙教室(アトリエ) 14:15~16:15 ■健康相談	10 ◆座って体操 ◆水中歩行 10:15~10:45 ◆卓球 13:30~16:00 ◆カリンパサークル 14:00~15:00 とくし丸 14:00~ 	11 ◆中庭散策 ◆描こう会 10:00~12:00 ◆床運動 14:15~14:45 まほろばパン 9:45~ ■健康相談	12 ◆いきいき百歳体操 エコ粘土教室(アトリエ) 14:00~15:00 ■健康相談	13 ◆中庭散策 ◆コーラス 10:00~11:00 ◆床運動 14:15~14:45 ■健康相談	14 ◆卓球 13:30~16:00 
15	16 ◆中庭散策 ◆いきいき百歳体操 ◆囲碁 13:30~16:30 介護予防教室(多目的ホール) 14:00~15:00 ■健康相談	17 ◆座って体操 ◆水中歩行 10:15~10:45 ◆卓球 13:30~16:00 うたの集い(ケアテイルーム) 14:00~14:50 ふれあいマルシェ 14:00~ 	18 ◆中庭散策 ◆描こう会 10:00~12:00 ◆床運動 14:15~14:45 まほろばパン 9:45~ ■健康相談	19 ◆いきいき百歳体操 ◆カラオケ 14:00~16:00 ■健康相談	20 春分の日 ◆コーラス 10:00~11:00 ◆床運動 14:15~14:45 ■健康相談	21 ◆卓球 13:30~16:00
22	23 ◆中庭散策 ◆いきいき百歳体操 ◆囲碁 13:30~16:30 歌おう会(多目的ホール) 14:00~14:40 ■健康相談	24 ◆座って体操 ◆水中歩行 10:15~10:45 ◆卓球 13:30~16:00 ◆カリンパ同好会 14:00~15:00 とくし丸 14:00~ 	25 ◆中庭散策 ◆描こう会 10:00~12:00 ◆床運動 14:15~14:45 まほろばパン 9:45~ ■健康相談	26 ◆いきいき百歳体操 健康講演会(多目的ホール) 14:15~15:15 ■健康相談	27 ◆中庭散策 ◆床運動 14:15~14:45 ■健康相談	28 ◆卓球 13:30~16:00
29 120分 DVD上映会(多目的ホール)『スラムドッグ\$ミリオネア』 13:30~15:30 	30 ◆中庭散策 ◆いきいき百歳体操 ◆囲碁 13:30~16:30 ■健康相談	31 ◆座って体操 ◆水中歩行 10:15~10:45 ◆卓球 13:30~16:00 ◆カリンパ同好会 14:00~15:00 ふれあいマルシェ 14:00~ 				

各種ご案内				
◆中庭散策 毎週月・水・金曜 9:30~ 中庭(ロビー集合) ※時間を変更しています。 お間違えの無いようお願いします。 	◆座って体操 毎週火曜 10:00~10:20 多目的ホール 	◆いきいき百歳体操 スペシャル版+かみかみ体操 毎週月・木曜 10:00~11:00 多目的ホール 	移動販売・訪問サービス ふれあいマルシェ (火曜日) 3日 17日 31日 14:00~ とくし丸 (火曜日) 10日 24日 14:00~ まほろばパン (水曜日) 4日 11日 18日 25日 9:45~ 理美容サービス(予約制) 17日(火) 26日(木)	■健康相談 毎週月・水・金曜 14:00~15:00 健康相談室 月曜日 若藤先生 水曜日 玉田先生 金曜日 森先生 ■健康相談
				社職員来館日 5日(木)、26日(木) 

※各種予定につきましては、変更されることもございますので、ご承知くださいますようお願いいたします。