



3月



	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
午前		体操	体操	体操	体操	体操	ミューテ
午後		頭の体操 レク	豆まき	しりとり	リラクゼーション サロン	ダイイチ 移動販売	
	8	9	10	11	12	13	14
午前		体操	体操	体操	体操	体操	ミューテ
午後		カラオケ	しりとり	身体を使う レク	チェアーヨガ	ダイイチ 移動販売	
	15	16	17	18	19	20	21
午前		体操	体操	体操	体操	春分の日	ミューテ
午後		フロアレク	しりとり	カラオケ	身体を使う レク	ダイイチ 移動販売	
	22	23	24	25	26	27	28
午前		体操	体操	体操	体操	体操	
午後		リラクゼーション サロン	しりとり	カラオケ	頭を使う レク	ダイイチ 移動販売	

◆ 午前中の体操は、午前10：30～各フロアで行います。

- ・移動販売は、毎週金曜日開催予定(15時～15時40分)

(毎週金曜日の移動販売は、天候や道路状況により、遅れや中止となる場合がございます。)

※ご不便をおかけいたしますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

- ・3月のミューテは7日(土)・13日(金)・21日(土)
- ・座って出来るヨガは、13時～14時開催予定(フェースタオル持参)
- ・お楽しみ会開催予定は、決まり次第お知らせ致します。