

2025年3月 活動予定表

日曜	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日		
						1 10:05 ストレッチ		
2	3	4	5	6	7	8		
休館	10:05 ウォーキング	10:05 ウォーキング	10:05 書道・ペン習字	10:05 書道・ペン習字	10:05 書道・ペン習字	10:05 ストレッチ		
	14:00 ペットボトルモルック	14:00 音楽鑑賞	14:00 カードゲーム	14:00 ペットボトルモルック	14:00 クイズの時間			
9	10	11	12	13	14	15		
休館	10:05 もの作り	10:05 ウォーキング	10:05 ウォーキング	10:05 ウォーキング	10:05 ウォーキング	10:05 ストレッチ		
	14:00 ラダーゲッター	14:00 カードゲーム	14:30 メンバーミーティング	14:00 ラダーゲッター	14:00 ウォーキング			
16	17	18	19	20	21	22		
休館	10:05 ウォーキング	10:05 ウォーキング	10:05 ウォーキング	10:05 ウォーキング	10:05 ウォーキング	10:05 ストレッチ		
	14:00 オーバルボール	14:00 お菓子作り	14:00 音楽鑑賞	14:00 音楽鑑賞	14:00 クイズの時間			
23	30	24	31	25	26	27	28	29
休 休	14:00 ポッチャ	10:05 ウォーキング	10:05 書道・ペン習字	10:05 ウォーキング	10:05 ウォーキング	10:05 ストレッチ		
	14:00 ウォーキング	14:00 音楽鑑賞	14:00 ポッチャ	14:00 カードゲーム	14:00 街角グルメ(花見)			

※毎日10時より、ラジオ体操をしています。