

令和3年3月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
	1 	2 	3 雑学クイズ PM：雛祭り	4 カラオケ大会	5 	6 はつらつ体操 PM:映画会
	リハビリ体操 全身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	雑学クイズ 脳の活性化 集中力を高める 入浴 趣味活動 貯筋体操	伝統行事を通じて 季節を味わう 入浴 趣味活動 貯筋体操	歌って元気！ 心肺機能活性 入浴 趣味活動 貯筋体操	〇×ゲーム 脳の活性化 集中力を高める 入浴 趣味活動 貯筋体操	心豊かにする 脳の活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操
7	8 	9 	10 	11 	12 	13
	はつらつ体操 輪投げ 集中力高め リフレッシュ 入浴 趣味活動 ボール体操	リハビリ体操 全身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 ボール体操	タオル体操 上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 ボール体操	脳トレ 脳の活性化 集中力を高める 入浴 趣味活動 ボール体操	脳トレ 脳の活性化 集中力を高める 入浴 趣味活動 ボール体操	カラオケ大会 歌って元気！ 心肺機能活性 入浴 趣味活動 ボール体操
14	15 	16 	17 	18 	19 	20
	タオル体操 上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	カラオケ大会 歌って元気！ 心肺機能活性 入浴 趣味活動 貯筋体操	脳トレ 脳の活性化 集中力を高める 入浴 趣味活動 貯筋体操	〇×ゲーム 脳の活性化 集中力を高める 入浴 趣味活動 貯筋体操	はつらつ体操 PM:映画会 心豊かにする 脳の活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	リハビリ体操 全身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操
21	22 	23 	24 	25 	26 	27
	雑学クイズ 脳の活性化 集中力を高める 入浴 趣味活動 棒体操	脳トレ 脳の活性化 集中力を高める 入浴 趣味活動 棒体操	カラオケ大会 歌って元気！ 心肺機能活性 入浴 趣味活動 棒体操	はつらつ体操 PM:映画会 心豊かにする 脳の活性化 入浴 趣味活動 棒体操	PM草地介護士 歌おう会 一緒に歌って 心身の活性化 入浴 趣味活動 棒体操	リハビリ体操 PM:ビンゴ 集中力を高める 入浴 趣味活動 棒体操
28	29 	30 	31 			
	カラオケ大会 歌って元気！ 心肺機能活性 入浴 趣味活動 貯筋体操	タオル体操 上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	リハビリ体操 全身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操			
第3週は「かわり湯」 ☆3月はフラワー湯です！						
第3週は「喫茶」 ☆おやつ時間に、コーヒーか紅茶をどうぞ！						