

令和2年 2月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
						1 はつらつ体操 上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 棒体操
2	3 節分	4 カラオケ大会	5 はつらつ体操	6 志々目先生 音楽療法	7 はつらつ体操	8 脳トレ
	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！ 心肺機能活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	歌と楽器演奏 心身の活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	脳の活性化 集中力を高める 入浴 趣味活動 貯筋体操
9	10 カラオケ大会	11 季節の 折り紙	12 脳トレ	13 季節の 折り紙	14 季節の 折り紙	15 カラオケ大会
	歌って元気！ 心肺機能活性化 入浴 趣味活動 ボール体操	手指の運動 脳の活性化 入浴 趣味活動 ボール体操	脳の活性化 集中力を高める 入浴 趣味活動 ボール体操	手指の運動 脳の活性化 入浴 趣味活動 ボール体操	手指の運動 脳の活性化 入浴 趣味活動 ボール体操	歌って元気！ 心肺機能活性化 入浴 趣味活動 ボール体操
10	17 PM 小林さん 歌の会	18 カラオケ大会	19 PM 飯野さん 手踊り	20 歌唱の会	21 タオル体操	22 たんぽぽ 歌の会
	歌と楽器演奏 全身の活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	歌って元気！ 心肺機能活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	細やかな振り 集中力UP 入浴 趣味活動 貯筋体操	歌って元気！ 心肺機能活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	歌って元気！ 心肺機能活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操
23	24 カラオケ大会	25 AM パワカレ 関町ユニット PM 民謡 三味線・尺八	26 はつらつ体操	27 歌唱の会 PM プレレファ フラダンス	28 タオル体操	29 はつらつ体操
	歌って元気！ 心肺機能活性化 入浴 趣味活動 棒体操	一緒に歌って 心身の活性化 入浴 趣味活動 棒体操	上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 棒体操	歌って元気！ 心肺機能活性化 入浴 趣味活動 棒体操	上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 棒体操	上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 棒体操
第3週は `かわり湯` ☆2月はひのき湯です！						
第3週は `喫茶` ☆おやつ時間に、コーヒーか紅茶をどうぞ！						