

# 令和3年2月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
	1 	2 	3 	4 	5 	6 
	脳トレ	節分	カラオケ大会	はつらつ体操	タオル体操	はつらつ体操
	脳の活性化 集中力を高める	伝統行事を通じて 季節を味わう	歌って元気！ 心肺機能活性	全身の運動 運動神経活性化	上半身の運動 運動神経活性化	全身の運動 運動神経活性化
	入浴 趣味活動 貯筋体操	入浴 趣味活動 貯筋体操	入浴 趣味活動 貯筋体操	入浴 趣味活動 貯筋体操	入浴 趣味活動 貯筋体操	入浴 趣味活動 貯筋体操
7	8 	9 	10 	11 	12 	13 
	はつらつ体操	カラオケ大会	はつらつ体操	脳トレ	カラオケ大会	タオル体操
	全身の運動 運動神経活性化	歌って元気！ 心肺機能活性	全身の運動 運動神経活性化	脳の活性化 集中力を高める	歌って元気！ 心肺機能活性	上半身の運動 運動神経活性化
	入浴 趣味活動 ボール体操	入浴 趣味活動 ボール体操	入浴 趣味活動 ボール体操	入浴 趣味活動 ボール体操	入浴 趣味活動 ボール体操	入浴 趣味活動 ボール体操
14	15 	16 	17 	18 	19 	20 
	カラオケ大会	タオル体操	カラオケ大会	タオル体操	PM草地介護士 歌おう会	カラオケ大会
	歌って元気！ 心肺機能活性	上半身の運動 運動神経活性化	歌って元気！ 心肺機能活性	上半身の運動 運動神経活性化	一緒に歌って 心身の活性化	歌って元気！ 心肺機能活性
	入浴 趣味活動 貯筋体操	入浴 趣味活動 貯筋体操	入浴 趣味活動 貯筋体操	入浴 趣味活動 貯筋体操	入浴 趣味活動 貯筋体操	入浴 趣味活動 貯筋体操
21	22 	23 	24 	25 	26 	27 
	タオル体操	はつらつ体操	脳トレ	PM草地介護士 歌おう会	はつらつ体操	タオル体操
	上半身の運動 運動神経活性化	全身の運動 運動神経活性化	脳の活性化 集中力を高める	一緒に歌って 心身の活性化	全身の運動 運動神経活性化	上半身の運動 運動神経活性化
	入浴 趣味活動 棒体操	入浴 趣味活動 棒体操	入浴 趣味活動 棒体操	入浴 趣味活動 棒体操	入浴 趣味活動 棒体操	入浴 趣味活動 棒体操
28						
	<b>第3週は「かわり湯」 ☆2月はひのき湯です！</b>					
	<b>第3週は「喫茶」 ☆おやつの時間に、コーヒーか紅茶をどうぞ！</b>					