



曜日	月	火	水	木	金	土
日付				1日	2日	3日
午前				若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	
午後				こげら麻雀会 10:00~11:30 6階小ホール	こげら体操 14:30~ケア5階 歌会15:30~ケア4階	施設節分行事
制作 お雛様押し絵 13:00~						
歌の会 15:00~ コミュニティーホール					スポーツ吹き矢 15:00~ コミュニティーホール	
日付	5日	6日	7日	8日	9日	10日
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	
午後	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30~ケア5階	座ってもできる ラジオ体操 足踏み体操 14:00~ コミュニティーホール	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30~ケア5階	懇話会	こげら体操 14:30~ケア5階 歌会15:30~ケア4階	こげら喫茶
制作 お雛様押し絵13:30~			制作 お雛様押し絵13:30~		スポーツ吹き矢 15:00~ コミュニティーホール	
日付	12日	13日	14日	15日	16日	17日
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	
午後	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30~ケア5階	座ってもできる ラジオ体操 足踏み体操 14:00~ コミュニティーホール	健康セミナー ひまわり歯科 14:00~14:45 コミュニティーホール	座ってもできる ラジオ体操/足踏み体操 14:00~コミュニティーホール	メイクアップセラピー 13:00~ラウンジ	こげら喫茶
脳トレ 5階生活サービス部				歌の会 15:00~ コミュニティーホール	スポーツ吹き矢 15:00~ コミュニティーホール	
日付	19日	20日	21日	22日	23日	24日
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	
午後	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30~ケア5階	音楽教室 14:00~ コミュニティーホール	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30~ケア5階	座ってもできる ラジオ体操 足踏み体操 14:00~ コミュニティーホール	こげら体操 14:30~ケア5階 歌会15:00~ケア4階	こげら喫茶
脳トレ 5階生活サービス部		制作 お雛様押し絵 13:30~			スポーツ吹き矢 15:00~ コミュニティーホール	
日付	26日	27日	28日			
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ			
午後	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30~ケア5階	座ってもできる ラジオ体操 足踏み体操 14:00~ コミュニティーホール	コグニサイズ 14:00~14:45 コミュニティーホール			
脳トレ 5階生活サービス部						