



3月

月

火

水

木

金

土

日

AM
PM



この季節は気温の変化も大きく、体調を崩しやすい季節です。休息を多めに取るようにし、無理のない生活をしていきましょう。
今年の桜の開花は早めの予想ですが、花見の日に満開で天気の良いことを願っています。

| | | |
|------------------|-------|--------------|
| 1 | 2 | 3 |
| 朝の会 | 朝の会 | |
| のびのびエクササイズ | アニトーク | おひなあられのプレゼント |
| 男のマナーUP オメガの会 | 映画鑑賞 | |

AM
PM

| | | | | | | |
|--------|----------|-----------|-------------------|-------------------|-----------------|-----------|
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 朝の会 | 朝の会 | 朝の会 | 朝の会 | 朝の会 | 朝の会 | WHITE DAY |
| 健康チェック | お雛様片付け | 散歩 | 編み物 | のびのびエクササイズ | お菓子作り (クッキー) | |
| 絵手紙 | 編み物&クラフト | 人付き合いセミナー | スポーツレク (風船バレー) | 男のマナーUP 新田さんの会 | ティータイム | |

AM
PM

| | | | | | | |
|-----|----------|-----|-----------------|-------------------|------------|----|
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 朝の会 | 朝の会 | 朝の会 | 朝の会 | 朝の会 | 朝の会 | |
| 読書会 | 炊出し(芋煮会) | 散歩 | 編み物 | のびのびエクササイズ | シン・こころスコop | |
| 書道 | 音楽 | 新聞部 | スポーツレク (ダーツ) | 男のマナーUP 新田さんの会 | ダーツ大会 | |

AM
PM

| | | | | | | |
|-------|----------|------|---------------------|-------------------|------------------|----|
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 朝の会 | 朝の会 | 春分の日 | 朝の会 | 朝の会 | 朝の会 | |
| しゃべり場 | オセロ大会 | | 編み物 | のびのびエクササイズ | お菓子作り (いちご大福) | |
| 絵手紙 | 編み物&クラフト | | スポーツレク (キャッチボール) | 男のマナーUP 新田さんの会 | ティータイム | |

AM
PM

| | | | | | | |
|--------|-----|------------|----------------------|-------------------|---------|----|
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
| 朝の会 | 朝の会 | 朝の会 | 朝の会 | 朝の会 | 朝の会 | |
| 社会資源講座 | 花見 | 自治会/集団栄養指導 | 編み物 | のびのびエクササイズ | 映画鑑賞 | |
| 書道 | 音楽 | 新聞部 | スポーツレク (グラウンドゴルフ) | 男のマナーUP 新田さんの会 | サンクトラジオ | |