

# 令和4年3月の行事予定

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