

ほっこりの里 さと



の予定 よてい

月	火	水	木	金
2 だるまさん ころんだ 	3 はたあ 旗揚げ	4 じりっ 自立 かだい 課題	5 エアロビクス	6 わな 輪投げ
9 サッカー	10 かじれんしゅう 家事練習	11 てだま お手玉 な 投げ	12 クッキング	13 イントロ クイズ
16 さんぽ 散歩	17 おんがくりゅうほう 音楽療法	18 エアロビクス	19 たの お楽しみ	20 お休み
23 じりっ 自立 かだい 課題	24 クッキング	25 さんぽ 散歩	26 ヨガマット ふ 拭き	27 かじ 家事 れんしゅう 練習
30 いすと 椅子取り ゲーム	31 かじ 家事 れんしゅう 練習			

びこうらん 備考欄

3月は卒業、新しい場所へ行く準備で忙しくなり疲れも出るでしょう。春の揚々とした季節が始まります。天気の良い日は日光を浴びて骨を強くして、健康を維持しましょう。