

お誕生日おめでとうございます



体調に気を付けて、笑顔あふれる日々を過ごされますように

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
3	4 セラバンド体操 転ばない体操 野球ゲーム 【上肢の運動】 (マッサージ)	5 ボール体操 転ばない体操 キャッチゲーム 【上肢の運動】 (マッサージ)	6 棒体操 転ばない体操 ひらひらキャッチ 【上肢の運動】 (マッサージ)	7 お手玉体操 転ばない体操 投扇興 【上肢の運動】 (マッサージ)	8 重鎮バンド運動 ぼけない体操 うたカルタ 【頭の体操】 (マッサージ)	9 ストレッチ体操 転ばない体操 キャッチゲーム 【上肢の運動】 (マッサージ)
10	11 ボール体操 転ばない体操 お花積みゲーム 【上肢の運動】 (マッサージ)	12 ストレッチ体操 転ばない体操 ひらひらキャッチ 【上肢の運動】 (マッサージ)	13 お手玉体操 転ばない体操 投扇興 【上肢の運動】 (マッサージ)	14 重鎮バンド運動 転ばない体操 野球ゲーム 【上肢の運動】 (マッサージ)	15 ボール体操 転ばない体操 ひらひらキャッチ 【上肢の運動】 (マッサージ)	16 棒体操 転ばない体操 投扇興 【上肢の運動】 (マッサージ)
17	18 重鎮バンド運動 ぼけない体操 うたカルタ 【頭の体操】 (マッサージ)	19 お手玉体操 転ばない体操 野球ゲーム 【上肢の運動】 (マッサージ)	20 セラバンド体操 転ばない体操 キャッチゲーム 【上肢の運動】 (マッサージ)	21 ボール体操 転ばない体操 ひらひらキャッチ 【上肢の運動】 (マッサージ)	22 棒体操 転ばない体操 お花積みゲーム 【上肢の運動】 (マッサージ)	23 重鎮バンド運動 ぼけない体操 キャッチゲーム 【上肢の運動】 (マッサージ)
24	25 お手玉体操 ぼけない体操 ビンゴゲーム 【頭の体操】 (マッサージ)	26 重鎮バンド運動 転ばない体操 うたカルタ 【頭の体操】 (マッサージ)	27 ボール体操 転ばない体操 投扇興 【上肢の運動】 (マッサージ)	28 棒体操 転ばない体操 お花積みゲーム 【上肢の運動】 (マッサージ)	29 セラバンド体操 転ばない体操 野球ゲーム 【上肢の運動】 (マッサージ)	30 お手玉体操 ぼけない体操 うたカルタ 【頭の体操】 (マッサージ)

●●様

いつも明るく元気な●さんにパワーを頂いています。
これからも楽しく、げんきに過ごして下さいね！

●●様

いつもニコニコ、歌ったり、お話し下さる●さん♡
これからもステキな笑顔で一緒に楽しく過ごしましょうね。



季節は、もうすっかり春ですね。
桜も開花し、チューリップや沢山の花たちが綺麗な姿を見せてくれています。
ですが、コロナウイルス感染予防のため、皆さんでお出かけしたり、お花見をされたりする事を控えられている方も多いと思います。早く安心して皆さんが笑顔で、大きな深呼吸をして、お腹いっぱい春の香りを楽しむ日が来ると良いですね。
その為に、もう少し……
当センターでは、朝の体温測定
マスクの装着、手洗い、消毒
換気を引き続き行ってまいります。
皆様が、安心してご利用して頂けるよう
今後とも、ご協力の程
よろしくお願い致します。

※カレンダーに、レクリエーション予定を記載しておりますが、その日の状況や、ご利用者様の希望などにより 内容を変更させて頂く事もございますので、ご了承ください。

※20日(水)「散髪」があります。有料ですが、希望される方は、スタッフまでお申し付けください。

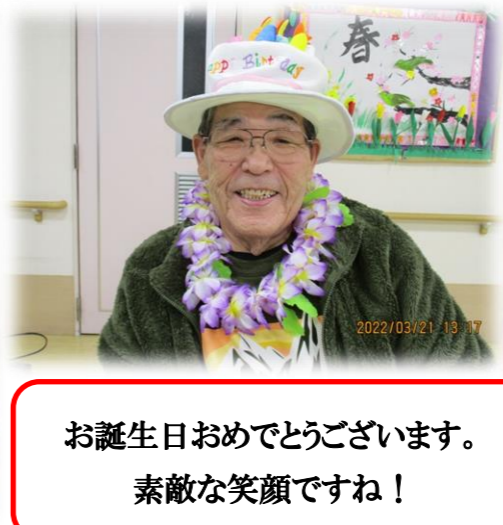
3月もお元気な皆さんフォト♪



3月の壁飾り
「弥生・お雛様」ですね。
皆さんで、楽しく作りました。



チューリップと
チョウチョの可愛
い吊るし飾り…
皆さん、夢中で作
られました。



お誕生日おめでとうございます。
素敵な笑顔ですね！



パズル完成！
この大きさが2000ピース
あります。あまりにも
小さくて、なくさないか
心配しました。綺麗な
富士山ですね。

