

今月のイベント



2026 3月

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1 脳トレ・カラオケ 	2 麻雀・カラオケ 	3 ひな祭り御膳 	4 カレーの日 	5 囲碁・将棋 	6 麻雀・カラオケ 	7 将棋・カラオケ
8 体操教室 	9 特別デザート 	10 囲碁・将棋 	11 脳トレ・麻雀 	12 ちらし寿司 	13 麻雀・カラオケ 	14 体ほぐし
15 ボウリング 	16 麻雀・カラオケ 	17 フライの日 	18 押花教室 	19 移動パン屋 	20 春分の日 	21 井の日
22 脳トレ・カラオケ 	23 麻雀・カラオケ 	24 囲碁・将棋 	25 脳トレ・麻雀 	26 囲碁・将棋 	27 演芸ショー 	28 麺の日
29 体操教室 	30 麻雀・カラオケ 	31 お誕生日会 	memo			

Check!

コンディショニングトレーニング



＼開催日／

3月14日(土)
13時30分～

コンディショニングトレーナーが来所し、体調や能力に合わせた運動を提供します。転倒予防や生活の質向上につながる、ご自宅でもできる簡単な運動です。ぜひご参加ください！

Check!

ボウリング大会



＼開催日／

3月15日(日)
14時～

ボウリング大会を開催します！
みんなで笑顔で楽しめるスポーツです♪
体を動かして、みんなで元気に春を満喫！
ご参加お待ちしております！

