



令和8年(2026年)3月 活動カレンダー MARCH

	月・MON	火・TUE	水・WED	木・THI	金・FRI	土・SAT
1	2	3 ひなまつり	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18 大正琴	19	20 春分の日	21
22	23	24 ギター	25	26	27	28
29	30	31				

桜 ステンドグラス / 足ボーリング(下肢)

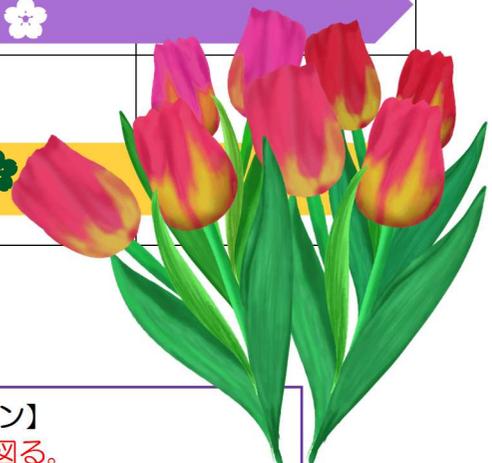
桜 ステンドグラス / コップ飛ばし(上肢)

足でホイッとビンゴ (下肢)

はずんでポン(上肢) / お花見週間

花咲かせゲーム (下肢) / お花見週間

※3月のお誕生日の方が4名いらっしゃいます。ご利用日に誕生会を行います。
 90歳の卒寿の方がいらっしゃるのをお祝い着を着てお祝いいたします。
 ※午前中は、個別リハビリ・脳トレプリントを行います。
 ※午後の活動は、カラダを動かすリハビリレクリエーションと手指を使うリハビリレクリエーションがあります。



【カラダを動かすリハビリレクリエーション】
 効果・楽しくゲームを行いながら、上肢・下肢の筋肉を使い運動効果を上げていきます。

【手指を使うリハビリレクリエーション】
 ・折ったり開いたりする事で、手指機能の維持・向上を図る。
 ・協力して、一つの作品を仕上げる事で団結が生まれる。
 ・作って飾る事で、季節の見当識に働きかける。

「にじ」リハビリ・デイ