

# 令和6年 悠ゆう 3月プログラム

	日	月	火	水	木	金	土	
1週	午前	 <p style="text-align: center;"><b>3月のお休み</b></p> <p style="text-align: center;"><b>20日(水) 春分の日</b></p>					1 入浴 音楽	2 体操
	お昼						□腔体操	□腔体操
	午後						ひなまつり	創作
2週	午前	3 フリー タイム	4 入浴 体操	5 入浴 体操	6 自分みがき の時間	7 入浴 体操	8 入浴 体操	9 お話の時間
	お昼	□腔体操	□腔体操	□腔体操	□腔体操	□腔体操	□腔体操	□腔体操
	午後	ゲーム	通所者 ミーティング	すまいる カフェ ☺	井戸端 交流会	頭の体操	健康チェック	カラオケ
3週	午前	10 フリー タイム	11 入浴 体操	12 入浴 体操	13 体操	14 入浴 体操	15 入浴 体操	16 おやつ作り
	お昼	□腔体操	□腔体操	□腔体操	□腔体操	□腔体操	□腔体操	□腔体操
	午後	ゲーム	おむすび くらぶ	音楽鑑賞	みんなで うたおう	茶道 🍵	暦作り	フリー タイム
4週	午前	17 フリー タイム	18 入浴 音楽	19 入浴 体操	20 春分の日	21 入浴 体操	22 入浴 体操	23 体操
	お昼	□腔体操	□腔体操	□腔体操	春分の日	□腔体操	□腔体操	□腔体操
	午後	カラオケ	自分みがき の時間	健康チェック	暦作り	みんなで うたおう	かんたん ゲーム	
5週	午前	24 フリー タイム	25 入浴 体操	26 入浴 体操	27 頭の体操	28 入浴 音楽	29 入浴 体操	30 頭の体操
	お昼	□腔体操	□腔体操	□腔体操	□腔体操	□腔体操	□腔体操	□腔体操
	午後	ゲーム	誕生会 🎂	カラオケ	創作	健康くらぶ	年度末 茶話会	ほんわか タイム
6週	午前	31 フリー タイム						
	お昼	□腔体操						
	午後	?の時間						

\* 状況により、プログラムは変更となることがあります。ご了承下さい。