



2026年3月レクカレンダー

今月の目標：1日1回 その場 足ぶみ20回を行いましょう！



日	月	火	水	木	金	土
1 ☆	2 ☆ ☆	3 ☆ ☆	4 ☆	5	6	7
お誕生日会	YouTube体操 理美容	ひな祭り	習字	クラフト倶楽部	外気浴	カラオケ
8	9	10 ☆	11	12	13	14
ぬい絵	活花	クラフト倶楽部	音楽療法	頭の体操	YouTube体操	映画鑑賞
15 北下浦 ふるさとマラソン	16	17	18	19	20	21 ☆ ☆
エステサロン	棒体操 理美容	そば打ち実演会 映画鑑賞	YouTube体操	クラフト倶楽部	外気浴	とくし丸 (移動スーパー)
22	23	24	25	26	27 ☆	28
調理レク	活花	頭の体操	音楽療法	カラオケ	外気浴	唐ちゃん のトランペット
29	30	31 ☆	3/3~3/17 いちご祭り 3月下旬 お花見ドライブ ※順次お声掛けいたします			ラジオ体操 毎日 9:45~ 4Fレストランにて ふるってご参加ください！
カラオケ	外気浴	映画鑑賞				

☆ その他の予定は以下の通りです ☆

3月生まれのご入居者様 11名

【入浴】

女性：月・木曜日
水・土曜日
男性：火・金曜日

【買物代行】

聞き取り：火・水曜日
お届け：翌週月曜日

【訪問理美容】

第1・3月曜日

【ご家族レク参観日】

11日 音楽療法
25日 音楽療法
28日 トランペット

