

# 2026年4月レクカレンダー

今月の目標：適度に体を動かし、しっかり水分を摂りましょう

日	月	火	水	木	金	土
レクリエーション 14:00~15:00			1 音楽療法	2 ☆ 棒体操	3 脳トレ	4 カラオケ
5 ☆特別食 わんわんわん コンサート	6 漢字レク	7 エアロビ	8 ぬり絵ポラ	9 生花	10 手足の体操	11 唐ちゃん トランペット
12 絵手紙	13 ☆ 漢字レク	14 DVD体操	15 音楽療法	16 輪投げ	17 棒体操	18 ぬり絵 とくし丸
19 お楽しみレク (ガーテニング& 散歩・外気浴)	20 習字ポラ	21 エアロビ	22 ☆ ぬり絵ポラ	23 特別食 生花	24 ペットボトル ボーリング	25 ピケマルシェ
26 散歩・外気浴 お誕生日会	27 ぬり絵 (カレンダー作り)	28 ティアーナ	29 ☆ カラオケ	30 ヨガ	お花見ドライブ 順次お声掛けいたします	

☆その他の予定は以下のとおりです☆

☆4月生まれのご入居者様 5名

<p>男性：月・木 午後 / 火・金 午後 女性：月・木 午前 / 火・金 午前 特浴：水・土 午前・午後</p>	<p>買い物代行 聞き取り 金曜日 お届け 水曜日</p>	<p>有料訪問理美容 理容：4/7 美容：4/28</p>	<p>※女性の顔そり 希望の方は4/7 理容日に行います</p>	<p>10:00より4階でラジオ体操を 行います。ぜひご参加ください</p> <p>介護付有料老人ホーム ガニステア 野比海岸</p>
---	---------------------------------------	---------------------------------------	--	---