

2026年5月レクカレンダー

今月の目標：適度の運動とこまめに水分を摂りましょう。



日	月	火	水	木	金	土
<p>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！</p>					1 頭の体操	2 映画鑑賞
3 お誕生日会	4 YouTube体操 理美容	5 クラフト倶楽部	6 習字	7 外気浴	8 棒体操	9 カラオケ
10 母の日 ☆ バンドコンプリオ コンサート	11 活花	12 頭の体操	13 春のバスハイク	14 映画鑑賞	15 音楽療法	16 とくし丸 (移動スーパー)
17 YouTube体操	18 座ってできる体操 理美容	19 カラオケ	20 クラフト倶楽部	21 エステサロン	22 外気浴	23 唐ちゃんの トランペット
24 春の健康診断	25 活花	26 Youtube体操	27 音楽療法	28 ぬい絵	29 カラオケ	30 座ってできる体操
31 棒体操						

☆その他の予定は以下の通りです☆

5月生まれのご入居者様

2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

有料訪問理美容
第1・3月曜日

【ご家族レク参加日】
10日 バンドコンサート
15日 音楽療法
23日 トランペット
27日 音楽療法

