

2月
February

サニーステージ星川 レクリエーションカレンダー

日	月 入浴	火 入浴	水 入浴	木 入浴	金 入浴	土 入浴
1 はまちゃんの いきいき体操	2 輪投げ	3 節分 豆まき	4 横ちゃんの 貯筋 体操	5 風船バレー	6 テーブルゲーム	7 椅子で カーリング
8 エステサロン 工作レク ランフ作り	9 塗り絵	10 室内ゴルフ	11 建国記念日 横ちゃんの 貯筋 体操	12 バレンタインレク パンケーキ作り	13 理美容 ちぎい絵	14 フラワー アレンジメント
15 音楽 レクリエーション	16 カルトナージュ	17 習字	18 横ちゃんの 貯筋 体操	19 ポッチャ	20 ボールDE 体操	21 リズム体操
22 カラオケ	23 天皇誕生日 理美容 的あて	24 季節の壁面飾り	25 横ちゃんの 貯筋 体操	26 スリッパ飛ばし	27 ちぎい絵	28 映画鑑賞

嚥下体操・フレイル予防体操（毎食前10分）
顔の筋肉を柔らかくし 飲み込みを良くする体操
第2日曜日 10時～14時 エステサロン
毎週土曜日 10時～11時 移動販売 かなやさ
※第一土曜日のみ12時30分～14時

イベントのお知らせ

2月3日14:00～ 節分 豆まき

2月12日14:00～ バレンタイン調理レク

2月15日14:00～ 音楽レクリエーション