

3月 レクリエーションカレンダー

活動の様子	月	火	水	木	金	土
 <p>バレンタインケーキ作りをしました。</p>	1 ボーリング  ラジオ体操	2 玉入れ  下肢筋力強化体操	3 ひなまつり  指の体操	4 しりとり  転倒予防体操	5 方言ゲーム  ボール体操	6 ジェスチャーゲーム  音楽体操
	8  転倒予防体操	4月の作品作り（春の花、壁面制作） & 思い出写真館 				12 足の体操
 <p>大量のコップ拭き！いつもありがとうございます！</p>	15 方言ゲーム  ボール体操	16 都道府県ビンゴ  ごぼう先生体操	17 伝言ゲーム  下肢筋力強化体操	18 風船バレー  転倒予防体操	19 輪投げ  音楽体操	20 しりとり  ラジオ体操
	22 くだものビンゴ  指の体操	23 O×ゲーム  下肢筋力強化体操	24 ボーリング  ボール体操	25 しりとり  音楽体操	26 棒サッカー  ラジオ体操	27 紙芝居  転倒予防体操
 <p>思い出写真館作り</p>	29 脳トレ  柔軟体操	30 ジェスチャーゲーム  ストレッチ	31 輪投げ  音楽体操			
 <p>お雑炊と写真をパチリ♡</p>	田んぼや山の雪もだんだん解けて、暖かい日差しの日もあり、春の足音が聞こえてきました。寒暖差がまだまだ大きく、季節の変わり目でもある為、体調を崩しやすいです。風邪などを引きやすい為気を付けましょう。デイサービスで身体を動かし、心身共に元気で過ごしましょう！！					