

# 2026年3月号 アンクラージュ大橋南・有料老人ホーム

## リハビリサークル&出張販売&行事予定表

日		月		火		水		木		金		土	
1		2	移動販売FUN	3	ヤクルト販売 移動販売新生堂	4	移動販売 とくし丸	5	移動販売FUN	6	ヤクルト販売 移動販売とくし丸	7	
多目的 10:00~	たなかクラブ ラジオ体操	多目的 10:00~	たなかクラブ 体操&ウォーキング	多目的 10:00~	たなかクラブ 体操&工作	多目的 10:00~	スポーツレク	多目的 10:00~	たなかクラブ 体操&合唱	多目的 10:00~	たなかクラブ 体操&レクリエーション	多目的 10:00~	たなかクラブ 体操&ゲーム
多目的 14:00~16:00	映画鑑賞	多目的 14:20~	元気ハツラツ体操	多目的 14:00~	自立型 筋トレ・体操立位	多目的 14:20~	筋トレ・体操	多目的14:00~	頭の体操	多目的 14:20~	いきいき健康エクササイズ	多目的 14:20~	カラオケ
		午前 2階 午後 3階	脳活&嚙下訓練	午前 2階 午後 3階	頭の体操 プリント問題	午前 2階 午後 3階	自立型 長距離散策 ウォーキング	多目的 14:00~	麻雀・オセロ・囲碁同好会	午前 2階 午後 3階	脳活&嚙下訓練	午前 2階 午後 3階	脳活&嚙下訓練
8		9	移動販売FUN	10	ヤクルト販売	11	移動販売とくし丸	12	移動販売FUN	13	移動販売とくし丸	14	
多目的 10:00~	たなかクラブ ラジオ体操	多目的 10:00~	たなかクラブ 体操&ウォーキング	teto(散髪)		多目的 10:00~	スポーツレク	多目的 10:00~	たなかクラブ 体操&合唱	多目的 10:00~	たなかクラブ 体操&レクリエーション	多目的 10:00~	たなかクラブ 体操&ゲーム
多目的 14:00~16:00	映画鑑賞	多目的 14:20~	元気ハツラツ体操	多目的 10:00~	たなかクラブ 体操&工作	多目的 14:20~	筋トレ・体操	多目的14:00~	頭の体操	多目的 14:20~	いきいき健康エクササイズ	多目的 14:20~	カラオケ
		午前 2階 午後 3階	脳活&嚙下訓練	午前 2階 午後 3階	自立型 筋トレ・体操立位	午前 2階 午後 3階	自立型 長距離散策 ウォーキング	多目的 14:00~	麻雀・オセロ・囲碁同好会	午前 2階 午後 3階	脳活&嚙下訓練	午前 2階 午後 3階	脳活&嚙下訓練
15		16	移動販売FUN	17	ヤクルト販売 移動販売新生堂	18	誕生会&イベント食 移動販売とくし丸	19	移動販売FUN	20	春分の日 移動販売とくし丸	21	
多目的 10:00~	たなかクラブ ラジオ体操	多目的 10:00~	たなかクラブ 体操&ウォーキング	多目的 10:00~	たなかクラブ 体操&工作	多目的 10:00~	たなかクラブ 体操&スポーツレク	多目的 10:00~	たなかクラブ 体操&合唱	多目的 10:00~	たなかクラブ 体操&レクリエーション	多目的 10:00~	たなかクラブ 体操&ゲーム
多目的 14:00~16:00	映画鑑賞	多目的 14:20~	元気ハツラツ体操	多目的 14:00~	自立型 筋トレ・体操立位	多目的 14:20~	筋トレ・体操座位	多目的14:00~	頭の体操	14:20~	いきいき健康エクササイズ	多目的 14:20~	カラオケ
		午前 2階 午後 3階	脳活&嚙下訓練	午前 2階 午後 3階	頭の体操 プリント問題	和室14:00~ 15:00~	フラワーアレンジメント教室 長距離散策・ウォーキング	多目的 14:00~	麻雀・オセロ・囲碁同好会	14:20~	川柳	午前 2階 午後 3階	脳活&嚙下訓練
22		23	移動販売FUN	24	ヤクルト販売 移動販売新生堂	25	移動販売とくし丸	26	移動販売FUN	27	ヤクルト販売 移動販売とくし丸	28	
多目的 10:00~	たなかクラブ ラジオ体操	多目的 10:00~	たなかクラブ 体操&ウォーキング	多目的 10:00~	たなかクラブ 体操&工作	多目的 10:00~	スポーツレク	多目的 10:00~	たなかクラブ 体操&合唱	多目的 10:00~	たなかクラブ 体操&レクリエーション	多目的 10:00~	たなかクラブ 体操&ゲーム
多目的 14:00~16:00	映画鑑賞	多目的 14:20~	元気ハツラツ体操	多目的 14:00~	自立型 筋トレ・体操立位	多目的 14:20~	筋トレ・体操	多目的14:00~	頭の体操	多目的 14:20~	いきいき健康エクササイズ	多目的 14:20~	カラオケ
		午前 2階 午後 3階	脳活&嚙下訓練	午前 2階 午後 3階	頭の体操 プリント問題	多目的 15:00~	自立型 長距離散策 ウォーキング	多目的 14:00~	麻雀・オセロ・囲碁同好会	午前 2階 午後 3階	脳活&嚙下訓練	午前 2階 午後 3階	脳活&嚙下訓練
29		30	移動販売FUN	31	ヤクルト販売 移動販売新生堂	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>宗近 伸子様</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>春がくる</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>鉢のつぼみに</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>窓際の</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>峯 泰昌様</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>名人に</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>ナンプレしてたら</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>ポケ防止</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>池田 ヒサ子様</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>宮参り</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>口をくぐって</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>お多福の</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>今月の川柳</p> </div> </div>							
多目的 10:00~	たなかクラブ ラジオ体操	多目的 10:00~	たなかクラブ 体操&ウォーキング	多目的 10:00~	たなかクラブ 体操&工作								
多目的 14:00~16:00	映画鑑賞	多目的 14:20~	元気ハツラツ体操	多目的 14:00~	自立型 筋トレ・体操立位								
		午前 2階 午後 3階	脳活&嚙下訓練	午前 2階 午後 3階	頭の体操 プリント問題								