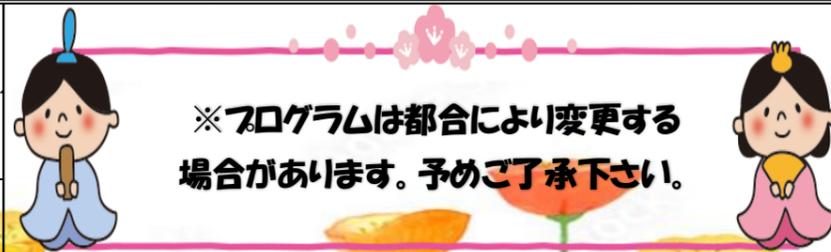


2026年3月のテイナイトケアプログラム

	月 2★	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
午前	薬屋のひといごと (第11、12話)	ストレッチ&ヨガ	書道	カラオケ	年間プログラム (鞆の町並みひなまつり)	カラオケDAY
午後	テイクア会	DREAM/ レディースクラブ	コーラス /年プログラム	ピンポン /年プログラム		
ナイト	ポッチャ	自主活動	シール作り	フラワース	カラオケ	
	9	10	11	12	13	14
午前	農耕/ カラオケ	リクエスト ミュージック	創作	クッキング (ポテトサラダ)	ホワイトデー 大作戦	映画鑑賞
午後	アロマの館	館内スポーツ /手芸	アナログゲーム		ホワイトデー大作戦/ APPLE	
ナイト	写真クラブ	カラオケ	おもてなしMTG	木工	ハニーサックル	
	16	17	18★	19	20	21
午前	ドライブツアー (メガドンキ)	ドライブツアー (メガドンキ)	シナフノロジー	ポッチャ	春分の日	ハニーサックル
午後	カラオケ	カラオケ	コーラス /市役所ツアー	ピンポン		ハニーサックル/ カラオケ
ナイト	自主活動	書道	カラオケ	ハニーサックル		フィットネスクラブ
	23	24	25	26	27	28
午前	青空クッキング Ver.4	俳句会	リクエスト ミュージック	農耕 /カラオケ	創作	カラオケDAY
午後		館内スポーツ /カラオケ	木工	KG交換会	APPLE /カラオケ	
ナイト	将棋同好会	ストレッチ&ヨガ	おもてなしMTG/ イラストめいえ	座談会	写真クラブ	
	30★	31				
午前	フラワース	読書会	 ※プログラムは都合により変更する 場合があります。予めご了承下さい。			
午後	カラオケ	DREAM /手芸				
ナイト	脱依存くらぶ	たかうー大作戦				

おひさま&ほしぞら通信

少しずつ春の訪れを感じる季節になりました。
春の季節の変わり目は寒暖差があり、体調を崩しやすい
ので、お体には十分お気をつけてくださいね。



3月2日(月)
3月19日(木)
「ポッチャ」

今年も他院との交流戦を予定して
います。交流戦に向けて、ポッチャの練習
を再開します！気になる人はまず参加
をしてみてください●

3月6日(金)
「鞆の浦外出」

毎年恒例のひな祭り外出ですが
今回は久しぶりに鞆の浦へ行きます♪
参加希望の人は掲示板を確認してくだ
さい。診察日が被っている人は事前に
スタッフへ相談してくださいね。

3月13日(金)
「ホワイトデー大作戦」

男性メンバーの皆さん！
女性メンバー&スタッフへ
簡単で美味しい
お菓子を作りませんか？

3月23日(月)
「青空クッキング」

今回は中庭でフランクフルトを予定
しています。過ごしやすい気候に
なっていると思うので…気分転換も
兼ねて参加してみませんか？

◆◆◆ 特別メニュー ◆◆◆

- 3月 2日 (月) … カレー & サラダ
- 3月 18日 (水) … 中華丼 & スープ
- 3月 30日 (月) … ミートスパゲッティ & アラカルト