

## MORE 2026年 2月 活動予定表

日	月	火	水	木	金	土	
1	2 ヤクルト販売	3	4	5	6	7	
休み	園芸 種まき	健康 ウォーキング	健康 タオルエクササイズ	音楽 ミュージックケア	中筋 サロン	健康 おそうじレク	休み
	リラクゼーション マッサージ・足湯など	レクリエーション 節分	創作 バレンタイン	健康相談日 (川本先生)	個別	リラクゼー ション	コーヒー ふんわり ロール
8	9	10	11 建国記念の日	12	13	14	
休み	園芸 腐葉土作り	健康 タオル エクササイズ	音楽 ミュージックケア	健康 ウォーキング	中筋 サロン	健康 ウォーキング	休み
	レクリエーション タオルで玉入れ	創作 バレンタイン	個別	わくわくデー バレンタイン	リラクゼー ション	コーヒー	
15	16 職員会	17 パン販売	18	19	20	21	
休み	DVD鑑賞	健康 エアロビクス	音楽 ミュージックケア	来訪イベント 『ママーズホーリー』	園芸 種まき	いきいき 体操	休み
	リラクゼーション マッサージ・足湯など	個別	創作 ひな祭り	リラクゼーション マッサージ・足湯など	リラクゼー ション	コーヒー ドーナツ	
22	23 天皇誕生日	24 内部研修	25	26	27	28	
休み	園芸 花植え	健康 タオル エクササイズ	DVD鑑賞	創作 ひな祭り	音楽 ミュージックケア	いきいき体操	休み
	レクリエーション カラオケ	リラクゼーション マッサージ・足湯など	しょうこ先生の 健康教室	もつともつとの会	お誕生日会 ベジたべる		