

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	いきいき体操	
	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	いきいき 体操	調理 豆腐チョコ ムース
	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
	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	
	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	もっともっとの会		お誕生日会 ベジたべる	