

MORE 2026年 4月 活動予定表

日	月	火	水	木	金	土		
			1	2	3	4		
今年度も利用者さんと楽しい時間を過ごしていきたいです♪ よろしくお願いします。			もっともっとの会	中筋 サロン	健康 エアロビ (ストレッチ)	いきいき体操	休み	
			歓迎会・誕生祭	健康相談日 (川本先生)	個別	リラクゼー ション		コーヒー カステラ
5	6 ヤクルト販売	7	8	9	10	11		
休み	園芸 植え替え	健康 エアロビ (ストレッチ)	音楽 カラオケ	健康 ウォーキング (エアロビクス)	中筋 サロン	健康 タオル エクササイズ	いきいき体操	休み
	バーベキューについて 話し合い		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 風船バレー	創作 大きなこいのぼり	リラクゼー ション	コーヒー ミニサラダ	
12	13	14	15	16	17	18		
休み	園芸 植え替え	健康 ストレッチ 体操	健康 ウォーキング	音楽	健康 タオルエクササイズ	いきいき 体操	調理 パウンド ケーキ	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 さかなつりゲーム	創作 大きなこいのぼり	個別	リラクゼー ション	コーヒー	
19	20 職員会	21 パン販売	22	23	24	25		
休み	DVD鑑賞		健康 ウォーキング (ストレッチ)	創作 しょうぶ かぶと	園芸 多肉植物	音楽	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	レクリエーション ボウリング	もっともっとの会		お誕生日会 バームロール	
26	27 内部研修	28	29 昭和の日	30				
休み	DVD鑑賞		園芸 多肉植物	健康 ウォーキング (ストレッチ)	創作 しょうぶ かぶと			
	リラクゼーション マッサージ・足湯など		わくわくデー	個別	レクリエーション カラオケ			