

「あいはな」月間プログラム



令和 8 年 3 月 予定

	月	火	水	木	金	土	日	
	2	3	4	5	6	7	8	
午前	ワークライフ	創作活動	ストレッチ&ウォーキング	あいはな塾	脳トレ	休	休	
午後	スポーツ (瞑想)	ひな祭りレク	動画鑑賞	ティータイム	朗読会			
	9	10	11	12	13	14	15	
午前	ストレッチ&ウォーキング	ワークライフ	創作活動	プログラム ミーティング	あいはな塾 図書館	休	休	
午後	硬筆	脳トレ	動画鑑賞	朗読会	ゲーム			
	16	17	18	19	20	21	22	
午前	脳トレ 麻雀	ストレッチ&ウォーキング	園芸	ワークライフ	春分の日	休	休	
午後	朗読会	あいはな塾	動画鑑賞	ゲーム				
	23	24	25	26	27	28	29	
午前	ワークライフ	創作活動	ストレッチ&ウォーキング	あいはな塾 麻雀	健康教室	休	休	
午後	脳トレ	生活豆知識	動画鑑賞	園芸	スポーツ (瞑想)			
	30	31						<h1>3月</h1>
午前	あいはな塾	ワークライフ						
午後	ティータイム 硬筆	硬筆						

活動時間

9:00 ~ 12:00…午前の活動
 12:00 ~ 12:30…昼食・休憩
 12:30 ~ 15:30…午後の活動

※創作活動では、手芸・絵画・硬筆・書道なども行っています。
 ※自主活動として、プログラムに参加せず、個別活動も出来ます。
 ただし、その際はスタッフに許可を取ってから行ってください。
 ※感染症等の影響により状況によってはプログラム内容を変更する場合があります。ご了承ください。

