

## 2023年 3月予定表

曜日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
午前			転倒予防体操	転倒予防体操	転倒予防体操	転倒予防体操
午後			手芸 はり絵	陶芸 はり絵	華道 はり絵	ゲーム
日	6	7	8	9	10	11
午前	転倒予防体操	転倒予防体操	転倒予防体操	転倒予防体操	転倒予防体操	転倒予防体操
午後	アルス カルテット	手芸 はり絵	書道 はり絵	歌レク	書道 はり絵	カルテット ラルゴ
日	13	14	15	16	17	18
午前	転倒予防体操	転倒予防体操	転倒予防体操	転倒予防体操	転倒予防体操	転倒予防体操 おやつレク
午後	手芸 はり絵	手芸 はり絵	歌レク	手芸 はり絵	手芸 はり絵	ゲーム
日	20	21	22	23	24	25
午前	転倒予防体操	春分の日 転倒予防体操	転倒予防体操	転倒予防体操	転倒予防体操	転倒予防体操
午後	手芸 はり絵	民話の語り	書道 はり絵	陶芸 はり絵	書道 はり絵	ゲーム
日	27	28	29	30	31	
午前	転倒予防体操	転倒予防体操	転倒予防体操	転倒予防体操	転倒予防体操	
午後	カレンダー作り はり絵	歌レク	手芸 はり絵	手芸 はり絵	手芸 はり絵	

- ※ 都合により活動内容が一部変更する場合があります。
- ※ 3月21日(火)は祭日(春分の日)ですがセンターは営業します
- ※ 少しづつ暖かな日も増えてきましたが、朝晩は冷えますので、ご利用の際は着脱しやすい上着などをお勧めいたします。