



ウェリナケアカレンダー 3月



		日	月	火	水	木	金	土	
午前 11:30	午後 14:00				1	2	3 ひな祭り	4	
					ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操	
						3周年イベント	カラオケ	ひな祭り	朗読会
午前 11:30	午後 14:00	5	6	7	8	9	10	11	
				ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操
		フットケア	OT体操	手工芸	アンチエイジング体操	カラオケ	映画鑑賞	OT体操	
午前 11:30	午後 14:00	12	13 「季節の湯 よもぎ」	14 ホワイトデー 「季節の湯 よもぎ」	15 「季節の湯 よもぎ」	16 「季節の湯 よもぎ」	17 「季節の湯 よもぎ」	18 「季節の湯 よもぎ」	
				ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操
		脳トレ 大人の塗り絵	OT体操	ホワイトデー イベント	朗読会	歌の会	カラオケ	OT体操	
午前 11:30	午後 14:00	19	20	21 春分の日	22	23	24	25	
				ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操
		麻雀 卓上ゲーム	OT体操	書の会	手工芸	朗読会	フラワー アレンジメント	カラオケ	
午前 11:30	午後 14:00	26	27 花見	28	29 花見	30 花見	31		
				ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操	
		ご当地イベント (長野県)	OT体操	手工芸	映画鑑賞	カラオケ	脳トレ 大人の塗り絵		

レクリエーションの内容や日時が変更になる場合もございますのでご了承くださいませ

春分の日には昼と夜の長さが全く同じになり、この日を境に昼がだんだん長くなっていき夜が短くなる、季節の節目となる日です。冬が終わりを告げ春の訪れが感じられるこの日を、昔から人は自然に感謝し春を祝福する日として祝っていたのです。