

2026年3月

ウェリナケアカレンダー

東急ウェリナケア旗の台

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1	2	3 	4	5	6	7
11:30 健康体操	9:30~フィットネス 11:30 健康体操	11:30 健康体操	11:30 健康体操	11:30 健康体操	11:30 健康体操	11:30 健康体操
6周年記念日 入°シルラフ	14:15 塗り絵	14:00 書の会	14:00 ハグハグキッズ	14:15 朗読会	14:00 手工芸	14:00 体操
8	9	10	11	12	13	14
11:30 健康体操	9:30~フィットネス 11:30 健康体操	11:30 健康体操	11:30 健康体操	11:30 健康体操	11:30 健康体操 誕生日企画	11:30 健康体操
14:15 脳トレ	14:00 映画鑑賞	14:15 カラオケ	14:00 リハビリ体操	14:00 ボッチャ (フレアス)	14:00 パステルアート	14:00 体操
15	16	17	18	19 お花見 	20 お花見 	21
11:30 健康体操	入浴 (林檎🍎湯)  9:30~フィットネス 11:30 健康体操	入浴 (林檎🍎湯)  11:30 健康体操	入浴 (林檎🍎湯)  11:30 健康体操	入浴 (林檎🍎湯)  11:30 健康体操	入浴 (林檎🍎湯)  11:30 健康体操	入浴 (林檎🍎湯)  11:30 健康体操
14:15 脳トレ	14:15 塗り絵	14:00 書の会	14:00 体操 (フレアス)	14:00 歌の会	14:00 映画鑑賞	14:00 体操
22	23 お花見 	24 お花見 	25 お花見 	26 お花見 	27 お花見 	28
11:30 健康体操	9:30~フィットネス 11:30 健康体操	11:30 健康体操	11:30 健康体操	11:30 健康体操	11:30 健康体操	11:30 健康体操
14:15 脳トレ	14:00 有償企画 ネイル&爪ケア (ケアビューティスト)	14:00 ボッチャ (フレアス)	14:00 リハビリ体操	14:15 カラオケ	14:00 フラワーアレンジメント	14:00 体操
29	30 お花見 	31 お花見 	◎訪問理容 (美髪香) 3/17 (火) ◎訪問美容 (ディチャーム) 1/5 (木) ◎訪問美容 (エルターレ) 1/18 (水)・23 (月) ※予約制になっております。 お花見は3/19 (木) ~4/3 (金) を予定しておりますが、開花状況により日程変更の可能性もございますので、ご了承ください。			
11:30 健康体操	9:30~フィットネス 11:30 健康体操	11:30 健康体操				
14:00 ご当地イベント (新潟県)	14:00 映画鑑賞	14:15 カラオケ				