

2026年3月 すずかけの郷プログラム

曜日	月	火	水	木	金	土
	2	3	4	5	6	7
朝	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操
午前	ポッチャ 脳トレ	モーニング喫茶 ヨガ	卓球 パープルダンス	SST パープルダンス	モルック パープルダンス	卓球 パープルダンス
昼		昼MT				
午後	太極拳 Let's English	寸劇 カラオケ(ぶな合同)	茶道 バドミントン (天白SC)	音を楽しむ会 頭の体操ゲーム	今池クリーン作戦 挨拶まわり 花講座 ソフトボール (千代田橋緑地)	楽器の会 お菓子作り
ナイト						
	9	10	11	12	13	14
朝	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操
午前	ポッチャ パープルダンス	モーニング喫茶 パープルダンス	卓球 パープルダンス	SST(VR) パープルダンス	モルック パープルダンス	卓球 パープルダンス
昼		昼MT				
午後	太極拳 Let's English	寸劇 カラオケ(ぶな合同)	茶道 フットサル(瑞穂)	音を楽しむ会 頭の体操ゲーム	今池クリーン作戦 ソフトボール (千代田橋緑地)	心理プログラム お菓子作り
ナイト						
	16	17	18	19	20	21
朝	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操		モーニング・ラジオ体操
午前	ポッチャ 脳トレ	モーニング喫茶 ヨガ	卓球 塗り絵/コラージュ	散歩・ウォーキング SST		卓球 誕生日会準備
昼		昼MT				
午後	太極拳 Let's English	寸劇 カラオケ(ぶな合同)	茶道 バドミントン (天白SC)	音を楽しむ会 頭の体操ゲーム		楽器の会 誕生日会(3月)
ナイト						
	23	24	25	26	27	28
朝	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操
午前	ポッチャ 脳トレ	モーニング喫茶 ヨガ	卓球 チャレンジドジャパン	散歩・ウォーキング SST(VR)	モルック ものづくり	卓球 ボードゲーム
昼		昼MT				
午後	銭湯プログラム Let's English	寸劇 カラオケ(ぶな合同)	美術館と茶室で ひと休み (お茶とお菓子を いただく)	音を楽しむ会 頭の体操ゲーム	ソフトボール (鶴舞公園) ゲーム(switch)	楽器の会 お菓子作り
ナイト						
	30	31				
朝	モーニング・ラジオ体操	モーニング・ラジオ体操				
午前	ポッチャ 脳トレ	モーニング喫茶 ヨガ				
昼		昼MT				
午後	太極拳 バドミントン (瑞穂生涯学習センター)	寸劇 カラオケ(ぶな合同)				
ナイト						

☆ デイケアでのマスク着用は任意となりました。引き続き、外来ではマスクの継続をお願いします。

◎はメンバーによるプログラムとなります。
☆ フットサルは気温により中止します。(前日判断となります)