2025年(令和７年)３月　こもね在宅サービスセンター　予定表

・お荷物は必要なものだけのご持参をお願いしております。出来る限りの記名もお願いします。
・マスクの装着と予備マスクのご持参をお願い致します。
・換気・気候・エアコンなどで寒く感じた時の為に、上着などのご持参をお願いします。

月	火	水	木	金	土
					１日　防災用品点検の日
					リズム体操
					ひなまつり会
３日　ひな祭り	４日　ミシンの日	５日　プロ野球の日	６日　啓蟄	７日　消防記念日	８日　みつばちの日
なつかしの音楽	呼吸体操	元気の出る音楽	歌謡体操 樋村さんの歴史探訪	転倒予防体操	歌謡体操
習子先生の楽々ヨガ 言葉遊びの脳トレ	動物クイズ/昭和歌謡 般若心経を学ぼう！ 森谷先生の書道	習子先生の楽々ヨガ 季節クイズ	脳力クイズ 元気の出る音楽	草道先生の音楽療法 回想法の脳トレ	東新クラブの カラオケ
１０日　東京都平和の日	１１日　いのちの日	１２日　スイーツの日	１３日　新選組の日	１４日　ホワイトデー	１５日　靴の日
楽しい音楽 理美容	歌謡体操	楽しい音楽	元気いきいき体操 樋村さんの歴史探訪 爪ケア	ビデオ体操	呼吸体操
習子先生の楽々ヨガ 動物クイズ	若返りの脳トレ/音楽 森谷先生の書道 フラワー/般若心経	栄子先生の生きがい体操 動物クイズ	酒井菜法先生の説法 都道府県クイズ	なぞなぞで脳トレ カラオケ/エステ 河野先生の書道	言葉遊びの脳トレ 楽しい音楽
１７日　彼岸	１８日　彼岸	１９日　彼岸	２０日　春分の日	２１日　世界詩歌記念日	２２日　彼岸
楽しい音楽 理美容	呼吸体操 理美容	カラオケ 理美容	楽しい音楽 樋村さんの歴史探訪	歌謡体操 理美容	ビデオ体操
習子先生の楽々ヨガ 昭和時代クイズ	草道先生の音楽療法 時代クイズ	習子先生の楽々ヨガ 連想クイズ	なぞなぞで脳トレ 皆でリズム体操	脳トレ/音楽 河野先生の書道	脳力クイズ 元気の出る音楽
２４日　世界結核デー	２５日　電気記念日	２６日 カチューシャの唄の日	２７日　世界演劇の日	２８日　シルクロードの日	２９日　マリモの日
なつかしの音楽	転倒予防体操	楽しい音楽	歌謡体操 樋村さんの歴史探訪	転倒予防体操	転倒予防体操
習子先生の楽々ヨガ 脳力クイズ	スプリングコンサート	栄子先生の生きがい体操 なぞなぞで脳トレ	皆でフラダンス 絵手紙教室 なつかしの音楽	茂呂町会カラオケ 脳力クイズ/エステ フラワーアレンジメント	若返りの脳トレ 元気の出る音楽
３１日オーケストラの日					
転倒予防体操					
脳力クイズ 楽しい音楽					