2026年 4月

虹の家なないろカレンダー

※ レクリエーションの参加費に関しましては、ご利用料金と一緒にご請求させて頂きます。

1日の流れ

午前	9：00～	手洗い・うがい 健康チェック
	9：30～	脳トレ 朝の会
	10：30～	椅子体操
		入浴
		レクリエーション
	11：50～	嚥下体操パタカラ
	12：00～	昼食
午後	13：00～	食後の リラックスタイム
	13：30～	散歩 or レクリエーション
	15：00～	おやつ
	15：30～	脳トレ or お楽しみプログラム
	15：55～	頑張れ！立ち上がり 梅干し体操
	16：15～	帰宅

			1(水)	2(木)	3(金)	4(土)
			桜ドライブ	桜ドライブ	桜ドライブ	
5(日)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)
	ななしょく プロジェクト			お楽しみおやつ	ななしょく プロジェクト	
12(日)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)
	ななしょく プロジェクト	あんこもち 手芸倶楽部	手芸倶楽部	手芸倶楽部 音楽倶楽部	ななしょく プロジェクト 音楽倶楽部	
19(日)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)
	ななしょく プロジェクト カレーの日		あんこもち 運動倶楽部	運動倶楽部	とんでん	あんこもち 運動倶楽部
26(日)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)		
たけのこご飯	ななしょく プロジェクト	染物倶楽部	昭和の日			