

# 3月度レク予定表

ひがしまつやま寿苑

2026

デイサービス

	日	月	火	水	木	金	土	
午前 その他	1 春の壁面 	2 春の壁面 	3 春の壁面 	4 クローバー飾り 脳トレ 	5 クローバー飾り デコ塗り絵 	6 クローバー飾り 運動レク 	7 クローバー飾り テーブルレク 	
午後 その他								デコ塗り絵 
午前 その他	8 クローバー飾り 脳トレ 	9 フレスレット作り デコ塗り絵 	10 チューリップ壁飾り 運動レク 	11 チューリップ壁飾り テーブルレク 	12 チューリップ壁飾り 脳トレ 	13 ボールゲーム デコ塗り絵 	14 チューリップ壁飾り 運動レク 	
午後 その他								フレスレット作り 
午前 その他	15 季節のカレンダー テーブルレク 	16 季節のカレンダー 脳トレ 	17 季節のカレンダー デコ塗り絵 	18 季節のカレンダー 運動レク 	19 季節のカレンダー テーブルレク 	20 民謡ボラ 脳トレ 	21 季節のカレンダー デコ塗り絵 	
午後 その他								テーブルレク 
午前 その他	22 名札作り 運動レク 	23 ボールゲーム テーブルレク 	24 フラワーアレンジ 脳トレ 	25 お花見散歩 デコ塗り絵 	26 スプリングコンサート 運動レク 	27 お花見散歩 フラワーアレンジ 	28 お花見散歩 脳トレ 	
午後 その他								運動レク 
午前 その他	29 お花見散歩 デコ塗り絵 	30 お花見散歩 運動レク 	31 お花見散歩 テーブルレク 					
午後 その他								
3月の主な予定		お花見散歩(開花時期により変更) スプリングコンサート 民謡ボラ 季節のカレンダー チューリップ壁飾り		<ul style="list-style-type: none"> <li>製作レク・・・塗り絵、裁縫、折り紙、アクセサリー作り</li> <li>運動レク・・・風船バレー、卓球、ゴルフ他</li> <li>テーブルレク・・・マージャン、オセロ、将棋</li> <li>ボードレク・・・言葉遊び、クイズ、脳トレ</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>外出レク・・・初詣、バラ、花見他</li> <li>カラオケは毎日楽しめます!</li> <li>麻雀卓完備</li> </ul>		

