

あおぞらだより

2023年（令和5年）

3月の活動予定

月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
		雛祭り	書道	頭の体操	午前:リハビリ体操 午後:映画鑑賞
6	7	8	9	10	11
切り絵	クラブ活動	アロマフットマッサージ	華道	水彩画	午前:リハビリ体操 午後:あそびり
13	14	15	16	17	18
ちぎり絵	あおぞら健康体操	手芸	壁画	書き方	午前:リハビリ体操 午後:映画鑑賞
20	21	22	23	24	25
あおぞら式太極拳	カラオケ	料理教室	クラブ活動	映画鑑賞(邦画)	午前:リハビリ体操 午後:あそびり
27	28	29	30	31	
カレンダー作成	カレンダー作成	あおぞら写真館	懐かし映像	書道	

少しずつですが、日中の気温が高くなってきて過ごしやすくなりそうですね。3月から、土曜日の午前に理学療法士スタッフによるリハビリ体操を開始します。専門知識による身体の動かしかたなど参考になればと思います。あとイベント行事として、雛祭りやあおぞら写真館など行いますので、参加お待ちしております。