

# 3月 行事予定



今月のちょっと体操

「上着を着るための体操」

上半身の柔軟性や筋力を向上させる体操です。痛みのない範囲で行いましょう。



9日(土) **カラオケ大会**、  
歌手募集中！  
お待ちしております♪



日	月	火	水	木	金	土
					1 	2 カラオケ 
3	4 紙芝居 	5 書道 	6 カラオケ 	7 絵手紙 	8 小物作り 	9 カラオケ大会 
10	11 ジップイー たい焼き販売 	12 	13 小物作り 	14 	15 紙芝居 	16 カラオケ 
17	18 ボウリング 	19 <b>Bingo!</b> ビンゴ大会	20 休	21 図書の日 	22 音楽レク 	23 カラオケ 
24 /31	25 	26 イスヨガ 	27 陶芸 	28 	29 	30 カラオケ 

## 3月の小物作り



コースター

11日(月) たい焼き販売 つぶあん、カスタード、クリームチーズは1匹300円。ピザ1匹350円。

諸事情による変更は御容赦願います

介護老人保健施設 邑久ナーシングホーム  
通所リハビリテーション直通電話(0869)22-9509