

コミュニティガーデン さくら 2026 プログラム予定表

3月

| | | 月曜 | 火曜 | 水曜 | 木曜 | 金曜 | 土曜 | 日曜 | | | |
|----------|----|--------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|----|--|--|--|
| | | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | | | | |
| カルチャーゲーム | 午前 | お習字で掛け軸 カラオケ体操 脳を使って-5歳 | 布で作るチュールリッ プ カラオケ体操 脳を使って-5歳 | フェルトでコース ター カラオケ体操 脳を使って-5歳 | 牛乳パックで〇〇 カラオケ体操 脳を使って-5歳 | 布で作るチュールリッ プ カラオケ体操 脳を使って-5歳 | フェルトでコース ター カラオケ体操 脳を使って-5歳 | | | | |
| | 午後 | ハニーポーチ作り ジェンガ | アメリカンフラワー 坊主めくり | フェルトで〇〇 トランプ | 画用紙で魚 スゴロク | フェルトでお花 かるた大会 | アメリカンフラワー 棒倒しゲーム | | | | |
| トレーニング | 午前 | リズム体操 | | スポーツ体操 | | 下肢スティック体操 | | | | | |
| | 午後 | タオル体操 | | ズンドコ体操 | | 指先体操 | | | | | |
| エステ | 午後 | | | | お顔のマッサージ | | | | | | |
| | | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | | | | |
| カルチャーゲーム | 午前 | 牛乳パックで鉛筆立 カラオケ体操 脳を使って-5歳 | お習字で掛け軸 カラオケ体操 脳を使って-5歳 | アメリカンフラワー カラオケ体操 脳を使って-5歳 | 折り紙でつるし飾り カラオケ体操 脳を使って-5歳 | フェルトでコース ター カラオケ体操 脳を使って-5歳 | 布で作るチュールリッ プ カラオケ体操 脳を使って-5歳 | | | | |
| | 午後 | ハニーポーチ作り お料理教室 | ジェンガ お料理教室 | 坊主めくり お料理教室 | スゴロク お料理教室 | 坊主めくり お料理教室 | 牛乳パックでタワー お料理教室 | | | | |
| トレーニング | 午前 | 肩周り体操 | | 真っ赤な太陽体操 | | ハンカチ体操 | | | | | |
| | 午後 | 輪っか体操 | | インナーマッスルトレーニング | | 水戸黄門体操 | | | | | |
| エステ | 午後 | | | | お顔のマッサージ | | | | | | |
| | | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | | | | |
| カルチャーゲーム | 午前 | フェルトでコース ター カラオケ体操 脳を使って-5歳 | 牛乳パックで〇〇 カラオケ体操 脳を使って-5歳 | お習字で掛け軸 カラオケ体操 脳を使って-5歳 | フェルトでコース ター カラオケ体操 脳を使って-5歳 | はぎれ布でストラッ プ カラオケ体操 脳を使って-5歳 | お習字で掛け軸 カラオケ体操 脳を使って-5歳 | | | | |
| | 午後 | ハニーポーチ作り さくらほりきり | かるた大会 さくらほりきり | ジェンガ さくらほりきり | 坊主めくり さくらほりきり | 牛乳パックでタワー さくらほりきり | スゴロク さくらほりきり | | | | |
| トレーニング | 午前 | 恋のバカンス体操 | | お手玉体操 | | リズム体操 | | | | | |
| | 午後 | 下肢スティック体操 | | 下肢筋力Up体操 | | セラバンド体操 | | | | | |
| エステ | 午後 | | | | お顔のマッサージ | | | | | | |
| | | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | | | | |
| カルチャーゲーム | 午前 | はぎれ布でストラッ プ カラオケ体操 脳を使って-5歳 | ちぎり絵 カラオケ体操 脳を使って-5歳 | 折り紙でつるし飾り カラオケ体操 脳を使って-5歳 | 牛乳パックで鉛筆立 カラオケ体操 脳を使って-5歳 | 牛乳パックで〇〇 カラオケ体操 脳を使って-5歳 | はぎれ布でストラッ プ カラオケ体操 脳を使って-5歳 | | | | |
| | 午後 | ハニーポーチ作り 坊主めくり | フェルトで〇〇 トランプ | 画用紙で魚 かるた大会 | アメリカンフラワー 棒倒しゲーム | 牛乳パックでタワー 牛乳パックで鉛筆立 | フェルトでお花 坊主めくり | | | | |
| トレーニング | 午前 | 真っ赤な太陽体操 | | 輪っか体操 | | 肩周り体操 | | | | | |
| | 午後 | スポーツ体操 | | インナーマッスルトレーニング | | スティック体操 | | | | | |
| エステ | 午後 | | | | お顔のマッサージ | | 春のイベント | | | | |
| | | 30 | 31 | <p>※今月の理美容は24日 です</p> | | | | | | | |
| カルチャーゲーム | 午前 | フェルトでお花 カラオケ体操 脳を使って-5歳 | 折り紙でつるし飾り カラオケ体操 脳を使って-5歳 | | | | | | | | |
| | 午後 | フェルトで〇〇 棒倒しゲーム | 画用紙で魚 かるた大会 | | | | | | | | |
| トレーニング | 午前 | 指先体操 | | | | | | | | | |
| | 午後 | 水戸黄門体操 | | | | | | | | | |
| エステ | 午後 | | | | お顔のマッサージ | | | | | | |

お願い

コロナウイルス、インフルエンザ等予防の為マスクの着用をお願い致します。
熱や咳などの症状が出ている場合、念の為お休み頂きますようご協力お願い致します。
尚、利用中に発熱・体調不良等の症状が見受けられました場合、早退して頂く
可能性がございますので予めご了承ください

