

リハビリ支援施設「ふれんず」で検索してね。

リハビリ支援施設ふれんず 2026年 3月 プログラム

プログラムは、変更されることがあります。

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	2	3	4	5	6	7
午前	グループミーティング (所長と話そう)	今月の目標	散歩 雨天時: 学び直し	#7119 #7110	太極拳 (木下先生)	休館日
午後	写経	麻雀に挑戦!	WRAP	のんびりタイム	親あるうちに出来ること	
	9	10	11	12	13	14
午前	音楽鑑賞	身体を動かそう (財津先生)	レクリエーション	防災ボトルの紹介	野口体操	休館日
午後	書字練習	ヌーリエ	学び直し 3月4日が雨の場合: 散歩	自由活動	喫茶ふれんず	
	16	17	18	19	20	21
午前	自宅で出来る筋トレ (日本財団訪問看護ステーション)	マインドフルネス	SST (ウェルビー戸塚駅前センター)	音楽鑑賞	春分の日 休館日	休館日
午後	自律訓練法	カラオケに行こう	卓球大会	個別活動	春分の日	
	23	24	25	26	27	28
午前	4月のカレンダー作り	歯の健康	曼荼羅アート	一般教養クイズ	リハビリ学習	オープン ふれんず
午後	心の元気+を読もう	4月のカレンダー作り	アニメを見よう	ゆったりタイム	しなやかなこころ	13:00 16:00
	30	31	すこしずつ春の足音を感じるようになってきましたね。 3月17日(火)の午後はカラオケミュージックへ出かけます。 室料は自己負担となります。ご準備のうえ、ご参加ください。 			
午前	読書	今月の振り返り				
午後	曼荼羅アート	好きなものプレゼン				