



令和8年3月 サンシャイン・ヴィラつくば倶楽夢

午前 活動予定表

10時00分～10時45分



作成：高橋 軽部舞 本橋

日		月		火		水		木		金		土	
1	2階ホール 歌謡曲鑑賞会 10時園芸 ティータイム	2	2階ホール 大人の折り紙 1階レストラン ぞら鍼灸院体操	3	2階ホール 大人の塗り絵 1階レストラン チューブ体操	4	2階ホール 読書 1階レストラン 音楽・ラジオ体操	5	2階ホール 大人の折り紙 1階レストラン タオル体操	6	2階ホール テーブルゲーム 1階レストラン ぞら鍼灸院体操	7	2階ホール おしゃれ教室 ～身だしなみ編～
8	2階ホール 歌謡曲鑑賞会 10時園芸 ティータイム	9	2階ホール 大人の折り紙 1階レストラン ぞら鍼灸院体操	10	2階ホール 読書 1階レストラン ボール体操	11	2階ホール 大人の塗り絵 1階レストラン チューブ体操	12	2階ホール テーブルゲーム 1階レストラン 音楽・ラジオ体操	13	2階ホール 漢字ドリル32ページ 1階レストラン ぞら鍼灸院体操	14	2階ホール おしゃれ教室 ～髪型編～
15	2階ホール 昭和の音楽鑑賞会 10時園芸 ティータイム	16	2階ホール 読書 1階レストラン ぞら鍼灸院体操	17	2階ホール テーブルゲーム 1階レストラン タオル体操	18	2階ホール 計算ドリル34ページ 1階レストラン ボール体操	19	2階ホール 大人の折り紙 1階レストラン チューブ体操	20	2階ホール 大人の塗り絵 1階レストラン ぞら鍼灸院体操	21	2階ホール おしゃれ教室 ～身だしなみ編～
22	2階ホール 歌謡曲鑑賞会 10時園芸 ティータイム	23	2階ホール 漢字ドリル34ページ 1階レストラン ぞら鍼灸院体操	24	2階ホール 大人の折り紙 1階レストラン 音楽・ラジオ体操	25	2階ホール 読書 1階レストラン タオル体操	26	2階ホール テーブルゲーム 1階レストラン ボール体操	27	2階ホール 大人の塗り絵 1階レストラン ぞら鍼灸院体操	28	2階ホール おしゃれ教室 ～髪型編～

★午前中の体操は9時～9時30分です。
 体操参加の方にはスタンプカードをお配り致します。
 スタンプを溜めてお菓子と交換しましょう。
 ★ドリル等をお部屋で行いたい方にプリントをお配りしております。
 職員に是非声掛けして下さい。
 ★日曜日10時から、お茶を飲みながら植える花を一緒に考えましょう！



※テーブルゲームは黒ひげ危機一髪・ワニワニパニック・モグラたたき・オセロ・トランプ各種を用意しています。



令和8年 3月 サンシャイン・ヴィラつくば倶楽夢

午後 活動予定表

13時45分～14時45分



作成：高橋 軽部舞 本橋

日		月		火		水		木		金		土	
1	2階ホール 漢字ドリル34ページ 1階レストラン 映画鑑賞「ルパン三世～カリオストロの城」	2	1階レストラン ①庭園散歩 ②カラオケ大会	3	1階レストラン ひな祭りイベント	4	1階レストラン ①絵手紙 ②大人の塗り絵	5	1階レストラン ①庭園散歩 ②わくわくボール対決	6	1階レストラン ①書道 ②読書	7	2階ホール ①映画鑑賞会「男はつらいよ フーテンの寅さん」 ②メイクアップ教室
8	2階ホール 計算ドリル36ページ 1階レストラン 映画鑑賞「男はつらいよ フーテンの寅さん」	9	1階レストラン ①庭園散歩 ②読書	10	1階レストラン ①ペン習字 ②折り紙	11	1階レストラン ①テーブルゲーム ②大人の折り紙	12	1階レストラン ①庭園散歩 ②カラオケ大会	13	1階レストラン ①絵手紙 ②大人の塗り絵	14	1階レストラン ①映画鑑賞会「釣りバカ日誌3」 ②メイクアップ教室
15	2階ホール 漢字ドリル34ページ 1階レストラン 映画鑑賞「釣りバカ日誌3」	16	1階レストラン 団体作品「大木の初桜」	17	1階レストラン 団体作品「大木の初桜」	18	1階レストラン お誕生日会 ピアノコンサート	19	1階レストラン 団体作品「大木の初桜」	20	1階レストラン 団体作品「大木の初桜」	21	2階ホール ①映画鑑賞会「麦秋」 ②メイクアップ教室
22	2階ホール 計算ドリル37ページ 1階レストラン 映画鑑賞「麦秋」	23	1階レストラン ①庭園散歩 ②カラオケ大会	24	1階レストラン ①アメリカンフラワー ②読書	25	1階レストラン ①アメリカンフラワー ②大人の塗り絵	26	1階レストラン ①庭園散歩 ②パズル	27	1階レストラン ①テーブルゲーム ②大人の折り紙	28	2階ホール ①映画鑑賞会「東京物語」 ②メイクアップ教室
29	2階ホール 漢字ドリル35ページ 1階レストラン 映画鑑賞「東京物語」	30	1階レストラン ①庭園散歩 ②わくわくボール投げ	31	1階レストラン ①ペン習字 ②パズル	★3日はひな祭りイベント！皆さんと一緒にひなあられ作りをしましょう！ ★16日・17日・19日・20日は団体工作「大木の初桜」春の桜を感じながら皆さんで素敵な作品を作りましょう！ ★18日は誕生日会です。ピアノコンサートを開催致します。							

※テーブルゲームは黒ひげ危機一髪・ワニワニパニック・モグラたたき・オセロ・トランプ各種を用意しています。