



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	10:00~13:30 昼食会&掃除	ラジオ体操/朝の集い	ラジオ体操/朝の集い	ラジオ体操/朝の集い	10:00~13:30 昼食会&掃除	
8	13:30~14:30 節分・豆まき& 福笑いゲーム (一日早い節分デス♪)	13:30~15:30 ボランティアさん 編み物 教室 初心者歓迎♪	13:30~14:30 トランプゲーム みんなで遊べば 楽しさ倍増(*^。^*)	13:30~14:30 創作 ①ひな人形を作つて 雛祭りに飾ろう♪	13:30~15:30 ウォーキング 三輪 恵比須神社 初えびす (雨天中止)	14
	10:00~13:10 昼食会	ラジオ体操/朝の集い	建国記念の日	ラジオ体操/朝の集い	10:00~13:30 昼食会&掃除	
15	13:10~16:00頃 室内カラオケ 好きな歌を、 好きなペースで♪	13:30~14:30 防災勉強会 「未来の安心」をつくる 学びの時間		13:30~14:30 室内ヨガ ココロとカラダの リフレッシュしましょう～	13:30~14:30 今年の小さな目標 経過報告会& 午後のお茶会	21
	10:00~13:30 昼食会&掃除	ラジオ体操/朝の集い	ラジオ体操/朝の集い	ラジオ体操/朝の集い	<u>【ご注意】遠足のため 11:30~閉所します</u>	
22	13:30~15:30頃 <b>外出 図書館</b> (車移動7名まで)	13:30~15:30 ボランティアさん 編み物 教室 初心者歓迎♪	13:30~14:30 まんだら塗り絵 	13:30~14:30 創作 ②ひな人形を作つて 雛祭りに飾ろう♪	11:40~17:30頃 <b>遠足</b> 小雨決行 荒天中止 	28
	23 	24	25	26	27	
2/6 (金)	天皇誕生日	ラジオ体操/朝の集い	ラジオ体操/朝の集い	ラジオ体操/朝の集い	10:00~13:30 昼食会&掃除	28
	13:30~14:30頃 第51回卓球選手権 (賞状&景品付き♪)	13:30~14:30 春待ちスケッチ会 みんなで見つける 春のかけら *	13:30~14:30 春待ちスケッチ会 みんなで見つける 春のかけら *	13:10~16:00頃 室内カラオケ 歌のチカラで 元気チャージ♪	13:30~14:30 ファイナルファンタジー サークル⑦	

2/6 (金)	<b>13:30~15:30頃 ウォーキング 三輪 恵比須神社 初えびす 本えびす</b> 集合場所:地活こころ/ 当日参加OK。しっかり防寒と、歩きやすい靴で参加 下さい! (雨天中止) 
2/5・ 2/19 (木)	<b>13:30~14:30頃 「ひな人形」作り</b> 材料費:100円/当日参加OK ハンドメイドで、世界に一つだけ オリジナルのお雛さま作りにチャレンジ♪ 手のひらサイズの、キュートなお雛さままで 3月3日、桃の節句を祝いましょう。 

### 【編み物】 今月は 3(火)・17(火) です!

時間 : 13:30~15:30

編み物講師のボランティアさんが、個別に  
丁寧にご指導くださいます。初めてでも安心♪  
予約不要・当日参加OK。

お試し参加の材料費は無料です。

お気軽にご参加ください。メンバーさん個々に、帽子・マフラー・手袋・  
セーター・小物類 等々お好きな作品に熱心に取り組まれています。



### 【2026年 心を整える書初めコーナー】

メンバーさんの「今年の抱負」や「大切にしたい言葉」ギャラリー

