

	日	月	火	水	木	金	土
月日 午前 午後 夕方	2026年 3月 活動計画表 						
月日 午前 午後 夕方	3月1日 わおん お休み 	3月2日 座談会・大掃除 グランドゴルフ カラオケ 個別活動	3月3日 活動選択 珈琲時間 シャットボックス	3月4日 ポッチャ SST カラオケ 個別活動	3月5日 わおんお休み 	3月6日 頭の体操 交流プラザ 活動選択 個別活動	3月7日 活動選択 買物会（ディオ鳴門） カラオケ 卓球
月日 午前 午後 夕方	3月8日 わおん お休み 	3月9日 活動選択 買物会（佐古しまむら） カラオケ 夕方SST	3月10日 活動選択 卓球 活動選択 個別活動	3月11日 書道 活動選択 カラオケ 個別活動	3月12日 わおんお休み 	3月13日 キビダンガー 個別活動 もちつき準備	3月14日  個別活動
月日 午前 午後 夕方	3月15日 わおん お休み 	3月16日 健康チェック テーブルビリヤード 活動選択 はあゲーム	3月17日 健康チェック 活動選択 カラオケ	3月18日 野球ゲーム SST カラオケ 個別活動	3月19日 わおんお休み 	3月20日 春分の日 わおんお休み 	3月21日 ヨガ・ストレッチ 買物会（ラムー） カラオケ 卓球
月日 午前 午後 夕方	3月22日 わおん お休み 	3月23日 投扇興 ドライブ（ワークマン+） カラオケ カレンダー	3月24日 モルック 映画観賞会 カレンダー	3月25日 バグー 囲碁ボール 活動選択 夕方SST	3月26日 わおんお休み 	3月27日 メタ認知トレーニング 活動選択 個別活動	3月28日 ポッチャ 買物会（ディオ鳴門） カラオケ 卓球
月日 午前 午後 夕方	3月29日 わおん お休み 	★ 3月30日 ぶらぶら探訪  個別活動	3月31日 俳句会 卓球 活動選択 カラオケ	TAOKAこころのデイケアわおん TEL：088-622-5650 ※★プログラムは事前に参加申し込みが必要です。 予告なくプログラムが変更になる場合があります。			