



# ふくろうカレンダー

## 2026年2月

<b>1 (日)</b> リズム体操 (3・4 階) カフェレク (3 北) 	<b>2 (月)</b> リズム体操 (3 階) 満点体操 (4 南) すまいる倶楽部	<b>3 (火)</b> 節分の会 リズム体操 (3 階) リハビリ体操 (3 北) 満点体操 (2 階) まほろばパン すまいる倶楽部 	<b>4 (水)</b> リズム体操 (3 階) リハビリ体操 (2 階・3 南・4 階) 満点体操 (3 階) ふくろうの学校 (4 南)	<b>5 (木)</b> リズム体操 (3 南・4 北) 満点体操 (3 北) 理美容髪人 (2 階・4 北) すまいる倶楽部	<b>6 (金)</b> リズム体操 (3 階) リハビリ体操 (2 階・4 階) 満点体操 (4 北) 理美容髪人 (3 南・4 北) すまいる倶楽部 	<b>7 (土)</b> リズム体操 (3 階) リハビリ体操 (3 階) カフェレク (2 南・4 北) ふくろうの学校 (3 北)
<b>8 (日)</b> リズム体操 (3・4 階) カフェレク (4 南) 	<b>9 (月)</b> リズム体操 (3 階) 満点体操 (4 南) すまいる倶楽部	<b>10 (火)</b> リズム体操 (3 階) リハビリ体操 (3 北) 満点体操 (2 階) まほろばパン すまいる倶楽部 	<b>11 (水)</b> リズム体操 (3 階) リハビリ体操 (2 階・3 南・4 階) 満点体操 (3 階) ふくろうの学校 (3 南)	<b>12 (木)</b> リズム体操 (3 南・4 北) 満点体操 (3 北) すまいる倶楽部 理美容 (ココロ) 	<b>13 (金)</b> リズム体操 (3 階) リハビリ体操 (2 階・4 階) 満点体操 (4 北) カフェレク (3 南) すまいる倶楽部	<b>14 (土)</b> リズム体操 (3 階) リハビリ体操 (3 階) ふくろうの学校 (2 南) おやつレク (チョコレートフォンデュ) 
<b>15 (日)</b> リズム体操 (3・4 階) カフェレク (3 北) 	<b>16 (月)</b> リズム体操 (3 階) 満点体操 (4 南) 理美容 (ハイカラ屋) すまいる倶楽部 	<b>17 (火)</b> リズム体操 (3 階) リハビリ体操 (3 北) 満点体操 (2 階) まほろばパン 理美容 (髪人・3 北) すまいる倶楽部 	<b>18 (水)</b> リズム体操 (3 階) リハビリ体操 (2 階・3 南・4 階) 満点体操 (3 階) ふくろうの学校 (4 北)	<b>19 (木)</b> リズム体操 (3 南・4 北) 満点体操 (3 北) すまいる倶楽部	<b>20 (金)</b> リズム体操 (3 階) リハビリ体操 (2 階・4 階) 満点体操 (4 北) すまいる倶楽部	<b>21 (土)</b> ロビーコンサート リズム体操 (3 階) リハビリ体操 (3 階) カフェレク (2 南・4 北) ふくろうの学校 (4 南)
<b>22 (日)</b> リズム体操 (3・4 階) カフェレク (4 南) 	<b>23 (月)</b> リズム体操 (3 階) 満点体操 (4 南) 理美容 (髪人・4 南) すまいる倶楽部	<b>24 (火)</b> リズム体操 (3 階) リハビリ体操 (3 北) 満点体操 (2 階) まほろばパン すまいる倶楽部 	<b>25 (水)</b> お花サークル (希望者) リズム体操 (3 階) リハビリ体操 (2 階・3 南・4 階) 満点体操 (3 階) ふくろうの学校 (3 北)	<b>26 (木)</b> リズム体操 (3 南・4 北) 満点体操 (3 北) すまいる倶楽部	<b>27 (金)</b> リズム体操 (3 階) リハビリ体操 (2 階・4 階) 満点体操 (4 北) カフェレク (3 南) すまいる倶楽部	<b>28 (土)</b> 運営懇談会 リズム体操 (3 階) リハビリ体操 (3 階) ふくろうの学校 (3 南)



【リズム体操】懐かしの童謡に合わせて、楽しく歌いながら出来る体操です。

【満点体操】垂水区社会福祉協議会のうた「満点！」に合わせて行う体操です。

【リハビリ体操】当施設、理学療法士考案のオリジナル体操です。

【ふくろうの学校】クイズ・歌・運動を組み合わせる体操です。

【カフェレク】ご自身で豆を挽き、香り高く味わいあるコーヒーを召し上がって頂きます。

【すまいる倶楽部】理学療法士を中心としたレクリエーション療法です。

フォレスト垂水壱番館

※行事等につきましては、諸事情により変更になる場合がございます。ご了承ください。