

# 2026年3月

# ユートピア青葉 カレンダー

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1	2	3	4 ●ライフキネティック	5	6 ●カラオケ 午前の部10:00～ 午後の部13:30～	7
8	9	10	11	12	13 ●カラオケ 午前の部10:00～ 午後の部13:30～	14
15 ●元輝体操	16 休館日	17	18	19	20 春分の日 ●カラオケ 午前の部10:00～ 午後の部13:30～	21
22	23 ●ブラッチング講座	24	25	26	27 ●カラオケ 午前の部10:00～ 午後の部13:30～	28
29	30 ●ライフキネティック *3月18日から変更。 上履きご持参ください	31	1	2	3	4

5



6

- カラオケ：【申込不要】午前の部10:00～（受付9:30～）/午後の部13:30～（受付13:15～）参加費無料
- 元輝体操：【申込不要】13:30～14:30参加費無料
- ブラッチング講座：【要申込】10:00～11:00参加費無料
- ライフキネティック：【要申込】9:30～10:30参加費無料 3月30日は機能回復訓練室にて実施。上履きご持参ください