

2026年2月  
令月



1階喫茶にて



Modalità  
ABITARE



2026 FEBRUARY

毎日の  
トレーニング

午前

- ゲームdeトレーニング  
(月曜日を除く)
- マシントレーニング

午後

- 物理療法
- パワーアップトレーニング
- マシントレーニング

月	火	水	木	金	土
<p>2 梅花の如月 友引・八白土星</p> <p>○手芸教室 ○タキannahのリズム寺子屋 ○英会話教室</p> <p> 如月天麩羅御膳</p> <p>○音楽倶楽部 ○パステル教室 ○華道教室 ○フラダンス教室 ○パソコン教室</p>	<p>3 節分 先負・九紫火星</p> <p>○書道教室 ○エコクラフト ○カラオケ</p> <p> 焼物八寸御膳</p> <p>○タッキーのリズムサークル ○山形プロのビリヤード講座 ○書道教室 ○カラオケ ○市丸ダンススクール ○annahの音楽セラピー</p>	<p>4 立春 仏滅・一白水星</p> <p>○書道教室 ○手芸教室 ○エコクラフト</p> <p> 絆を紡いで 美彩御膳</p> <p>○サトリのタヒチ&amp;ヨガ ○絵手紙教室 ○華道教室 ○陶芸教室 ○フラワーアレンジメント ○カラオケ</p>	<p>5 笑顔の日 大安・二黒土星</p> <p>○陶芸教室 ○手芸教室 ○ウクレレ教室</p> <p> 口コミNO.1 ザ・オムライス</p> <p>○annahの音楽セラピー ○健康ボクシング ○スタンドグラス ○絵画教室 ○エコクラフト</p>	<p>6 抹茶の日 赤口・三碧木星</p> <p>○陶芸教室 ○手芸教室 ○パソコン教室 ○書道教室</p> <p> お刺身御膳</p> <p>○DJトニーのステップ講座 ○書道教室 ○パソコン教室</p>	<p>7 ふるさとの日 先勝・四緑木星</p> <p>○ロッキー&amp;玲子先生の音楽院 ○ちぎり絵</p> <p> 風土がもてなす 愛・石狩御膳</p> <p>○カラオケ友の会 ○陶芸教室 ○卓球教室</p>
<p>9 福の日 先負・六白金星</p> <p>○手芸教室 ○タキannahのリズム寺子屋 ○英会話教室</p> <p> 溢れる肉汁 ハンバーグステーキ</p> <p>○音楽倶楽部 ○パステル教室 ○華道教室 ○フラダンス教室 ○パソコン教室</p>	<p>10 ふとんの日 仏滅・七赤金星</p> <p>○書道教室 ○エコクラフト ○カラオケ</p> <p> あったか! すき焼き御膳</p> <p>○タッキーのリズムサークル ○書道教室 ○カラオケ ○ソフト粘土 ○市丸ダンススクール ○annahの音楽セラピー</p>	<p>11 建国記念の日 大安・八白土星</p> <p>○書道教室 ○手芸教室 ○エコクラフト</p> <p> 誉美彩御膳</p> <p>○サトリのタヒチ&amp;ヨガ ○絵手紙教室 ○カラオケ ○華道教室 ○陶芸教室</p>	<p>12 ダーウィンの日 赤口・九紫火星</p> <p>○annahの音楽セラピー ○手芸教室 ○陶芸教室 ○ウクレレ教室</p> <p> アビターレ特製 天 丼</p> <p>○健康ボクシング ○エコクラフト ○絵画教室</p>	<p>13 苗字制定の日 先勝・一白水星</p> <p>○陶芸教室 ○手芸教室 ○パソコン教室 ○書道教室</p> <p> 春の恵み 北海御膳</p> <p>○ジャズダンス教室 ○山形プロのビリヤード講座 ○書道教室 ○ピアノ教室 ○パソコン教室</p>	<p>14 聖バレンタインデー 友引・二黒土星</p> <p>○ちぎり絵</p> <p></p>

2/14 SAT. BEAUTIFUL SATURDAY

BLOOM  BAND

寒さも吹き飛ば、熱いジャズをご一緒に。



ピアノ  
加藤 JUN



ドラムス  
石倉光太郎



ベース  
小林浩樹



サクソ  
前川正吾

# 2月22日(日) 弦楽四重奏



自取絵里子



田中真矢



吉口理子



吉口理子

日	月	火	水	木	金	土
<div>ご昼食の料金について 下記の料金となります。</div> <div><div>ご昼食</div>1,020円</div> <div><div>ご昼食</div>1,380円</div> <div><div>ご昼食</div>1,530円</div> <div><div>ご昼食</div>特別料金 2,550円</div>	<div>16 寒天の日 仏滅・四緑木星</div> <div>○手芸教室 ○タキななのリズム寺子屋 ○英会話教室</div> <div><div>ご昼食</div>春の色と光を待ちわびて 春彩ちらし</div> <div>○音楽倶楽部 ○パステル教室 ○華道教室 ○フラダンス教室 ○パソコン教室</div>	<div>17 切干大根の日 先勝・五黄土星</div> <div>○書道教室 ○エコクラフト ○カラオケ</div> <div><div>ご昼食</div>新春満喫御膳</div> <div>○タッキーのリズムサークル ○山形プロのビリヤード講座 ○書道教室 ○ソフト粘土 ○市丸ダンススクール ○カラオケ ○ななちゃんの音楽セラピー</div>	<div>18 方言の日 友引・六白金星</div> <div>○書道教室 ○手芸教室 ○エコクラフト</div> <div><div>ご昼食</div>味覚御膳</div> <div>○サトリのタヒチ&amp;ヨガ ○華道教室 ○カラオケ ○陶芸教室 ○絵手紙教室 ○フラワーアレンジメント</div>	<div>19 プロレスの日 先負・七赤金星</div> <div>○陶芸教室 ○手芸教室 ○ウクレレ教室</div> <div><div>ご昼食</div>寒さに勝つ 海鮮鉄板焼</div> <div>○ななちゃんの音楽セラピー ○健康ボクシング ○スタンドグラス ○絵画教室 ○エコクラフト</div>	<div>20 歌舞伎の日 仏滅・八白土星</div> <div>○陶芸教室 ○手芸教室 ○書道教室 ○パソコン教室</div> <div><div>ご昼食</div>よめ! 鶴の句 雪間鍋御膳</div> <div>○DJトニーのステップ講座 ○山形プロのビリヤード講座 ○書道教室 ○パソコン教室</div>	<div>21 漱石の日 大安・九紫火星</div> <div>○ちぎり絵</div> <div><div>ご昼食</div>こころ御膳</div> <div>○ロッキー先生の音楽健康塾 ○陶芸教室 ○卓球教室 ○カラオケ</div>
<div>22 おでんの日 赤口・一白水星</div> <div><div>ご昼食</div>弦楽四重奏</div>	<div>23 天皇誕生日 先勝・二黒土星</div> <div>○手芸教室 ○タキななのリズム寺子屋 ○英会話教室</div> <div><div>ご昼食</div>日本の技 味覚満喫御膳</div> <div>○音楽倶楽部 ○パステル教室 ○華道教室 ○フラダンス教室 ○パソコン教室</div>	<div>24 月光仮面の日 友引・三碧木星</div> <div>○書道教室 ○エコクラフト ○カラオケ</div> <div><div>ご昼食</div>料理の味方「シェフ」 ミックスフライ</div> <div>○タッキーのリズムサークル ○山形プロのビリヤード講座 ○書道教室 ○カラオケ ○市丸ダンススクール ○ななちゃんの音楽セラピー</div>	<div>25 夕刊紙の日 先負・四緑木星</div> <div>○書道教室 ○手芸教室 ○エコクラフト</div> <div><div>ご昼食</div>美味しい(^^) 修ちゃんカレー</div> <div>○サトリのタヒチ&amp;ヨガ ○陶芸教室 ○カラオケ ○華道教室 ○絵手紙教室</div>	<div>26 ナポレオン脱出の日 仏滅・五黄土星</div> <div>○陶芸教室 ○手芸教室 ○ウクレレ教室</div> <div><div>ご昼食</div>パリの家庭料理 魚介のムニエル 美食御膳</div> <div>○ななちゃんの音楽セラピー ○健康ボクシング ○エコクラフト ○絵画教室</div>	<div>27 冬の恋人の日 大安・六白金星</div> <div>○陶芸教室 ○手芸教室 ○パソコン教室 ○書道教室</div> <div><div>ご昼食</div>器もごちそう 四季御膳</div> <div>○ジャズダンス教室 ○山形プロのビリヤード講座 ○書道教室 ○ピアノ教室 ○パソコン教室</div>	<div>28 織部の日 赤口・七赤金星</div> <div>○ちぎり絵</div> <div><div>ご昼食</div>かつとじ膳</div> <div>○ロッキー先生の音楽院 ○陶芸教室 ○卓球教室 ○カラオケ</div>

## 毎日の トレーニング

### 午前

- ゲームdeトレーニング  
(月曜日を除く)
- マシントレーニング

### 午後

- 物理療法
- パワーアップトレーニング
- マシントレーニング

## アビターレの Instagramのご紹介

アビターレの日常の様子を、SNSサービスの「Instagram」に投稿しています。ぜひInstagramの検索窓で「abitare aizenkai」で検索し、ご覧になってみてください。

スマートフォンからはこのQRコードでアクセスいただけます。



動画でのアップロードも  
ございます。



間隔をあけて



手洗い・消毒



マスクの着用



マナーを守って楽しくご利用を  
感染予防対策のお願い



## 早口言葉で お口のトレーニング

初級編

口を大きく開けて声に出して表情筋を鍛えましょう！  
お顔のしわが減って若返りを期待できます。  
さらに肺活量・呼吸の練習にもなり、  
いいことづくめです♪

### LESSON 1

今年も愛全会で愛全開

### LESSON 1

炙りカルビ

### LESSON 1

新春シャンソンショー

3回連続で