

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
2 梅花の如月 友引・八白土星	3 節分 先負・九紫火星	4 立春 仏滅・一白水星	5 笑顔の日 大安・二黒土星	6 抹茶の日 赤口・三碧木星	7 ふるさとの日 先勝・四緑木星
<ul style="list-style-type: none"> <li>○手芸教室</li> <li>○タキななのリズム寺子屋</li> <li>○英会話教室</li> </ul> <p>ご昼食 如月天麩羅御膳</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○音楽俱楽部</li> <li>○パステル教室</li> <li>○華道教室</li> <li>○フラダンス教室</li> <li>○パソコン教室</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○書道教室</li> <li>○エコクラフト</li> <li>○カラオケ</li> </ul> <p>ご昼食 焼物八寸御膳</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○タッキーのリズムサークル</li> <li>○山形プロのビリヤード講座</li> <li>○書道教室 ○カラオケ</li> <li>○市丸ダンススクール</li> <li>○ななちゃんの音楽セラピー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○書道教室</li> <li>○手芸教室</li> <li>○エコクラフト</li> </ul> <p>縊を紡いで ご昼食 美彩御膳</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○サトリのタヒチ&amp;ヨガ</li> <li>○絵手紙教室</li> <li>○華道教室 ○陶芸教室</li> <li>○フラワーアレンジメント</li> <li>○カラオケ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○陶芸教室</li> <li>○手芸教室</li> <li>○ウクレレ教室</li> </ul> <p>ご昼食 口こみNO.1 ザ・オムライス</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ななちゃんの音楽セラピー</li> <li>○健康ボクシング</li> <li>○ステンドグラス</li> <li>○絵画教室</li> <li>○エコクラフト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○陶芸教室 ○手芸教室</li> <li>○パソコン教室</li> <li>○書道教室</li> </ul> <p>ご昼食 お刺身御膳</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○DJトニーのステップ講座</li> <li>○書道教室</li> <li>○パソコン教室</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ロッキー&amp;玲子先生の音楽院</li> <li>○ちぎり絵</li> </ul> <p>ご昼食 風土がもてなす 愛・石狩御膳</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○カラオケ友の会</li> <li>○陶芸教室</li> <li>○卓球教室</li> </ul>

### 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

9 福の日 先負・六白金星	10 ふとんの日 仏滅・七赤金星	11 建国記念の日 大安・八白土星	12 ダーウィンの日 赤口・九紫火星	13 苗字制定の日 先勝・一白水星	14 聖バレンタインデー 友引・二黒土星
<ul style="list-style-type: none"> <li>○手芸教室</li> <li>○タキななのリズム寺子屋</li> <li>○英会話教室</li> </ul> <p>ご昼食 溢れる肉汁 ハンバーグステーキ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○音楽俱楽部</li> <li>○パステル教室</li> <li>○華道教室</li> <li>○フラダンス教室</li> <li>○パソコン教室</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○書道教室</li> <li>○エコクラフト</li> <li>○カラオケ</li> </ul> <p>ご昼食 あつたか! すき焼き御膳</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○タッキーのリズムサークル</li> <li>○書道教室 ○カラオケ</li> <li>○ソフト粘土</li> <li>○市丸ダンススクール</li> <li>○ななちゃんの音楽セラピー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○書道教室</li> <li>○手芸教室</li> <li>○エコクラフト</li> </ul> <p>ご昼食 誉美彩御膳</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○サトリのタヒチ&amp;ヨガ</li> <li>○絵手紙教室</li> <li>○カラオケ</li> <li>○華道教室</li> <li>○陶芸教室</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ななちゃんの音楽セラピー</li> <li>○健康ボクシング</li> <li>○アピターレ特製 天丼</li> <li>○絵画教室</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○陶芸教室 ○手芸教室</li> <li>○パソコン教室</li> <li>○書道教室</li> </ul> <p>ご昼食 春の恵み 北海御膳</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ジャズダンス教室</li> <li>○山形プロのビリヤード講座</li> <li>○書道教室</li> <li>○ピアノ教室</li> <li>○パソコン教室</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ちぎり絵</li> </ul> <p>ご昼食 BLOOM BAND ブルーム バンド</p>

2/14 SAT BEAUTIFUL SATURDAY

## BLOOM BAND

寒さも吹き飛ぶ、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



サックス  
前川正吾

2月22日(日)

# 弦楽四重奏



日

月

火

水

木

金

土

## ご昼食の料金について

下記の料金となります。

ご昼食 1,020円

ご昼食 1,380円

ご昼食 1,530円

ご昼食 特別料金 2,550円

16 寒天の日  
仏滅・四緑木星

- 手芸教室
- タキななのリズム寺子屋
- 英会話教室

ご昼食 春の色と光を待ちわびて  
春彩ちらし

- 音楽俱楽部
- パステル教室
- 華道教室
- フラダンス教室
- パソコン教室

17 切干大根の日  
先勝・五黄土星

- 書道教室
- エコクラフト
- カラオケ

ご昼食 新春満喫御膳

- 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

18 方言の日  
友引・六白金星

- 書道教室
- 手芸教室
- エコクラフト

ご昼食 味覚御膳

- サトリのタヒチ&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

19 プロレスの日  
先負・七赤金星

- 陶芸教室
- 手芸教室
- ウクレレ教室

ご昼食 寒さに勝つ  
海鮮鉄板焼

- ななちゃんの音楽セラピー
- 健康ボクシング
- ステンドグラス
- 絵画教室
- エコクラフト

20 歌舞伎の日  
仏滅・八白土星

- 陶芸教室 ○手芸教室
- 書道教室
- パソコン教室

ご昼食 よ～!鶴の匂  
雪間鍋御膳

- 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

21 漱石の日  
大安・九紫火星

- ちぎり絵

ご昼食 こころ御膳

- ロッキー先生の音楽健康塾
- 陶芸教室
- 卓球教室
- カラオケ

22 おでんの日  
赤口・一白水星23 天皇誕生日  
先勝・二黒土星

- 手芸教室
- タキななのリズム寺子屋
- 英会話教室

ご昼食 味覚満喫御膳

- 音楽俱楽部
- パステル教室
- 華道教室
- フラダンス教室
- パソコン教室

24 月光仮面の日  
友引・三碧木星

- 書道教室
- エコクラフト
- カラオケ

ご昼食 料理の味方「シェフ」  
ミックスフライ

- 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

25 夕刊紙の日  
先負・四緑木星

- 書道教室
- 手芸教室
- エコクラフト

ご昼食 美味しい(^-^)  
修ちゃんカレー

- サトリのタヒチ&ヨガ
- 陶芸教室
- カラオケ
- 華道教室
- 絵手紙教室

26 ナポレオン脱出の日  
仏滅・五黄土星

- 陶芸教室
- 手芸教室
- ウクレレ教室

ご昼食 パリの家庭料理 魚介のムニエル  
美食御膳

- 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

27 冬の恋人の日  
大安・六白金星

- 陶芸教室 ○手芸教室
- パソコン教室
- 書道教室

ご昼食 器もごちそう  
四季御膳

- 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

28 織部の日  
赤口・七赤金星

- ちぎり絵

ご昼食 かつとじ膳

- ロッキー先生の音楽院
- 陶芸教室
- 卓球教室
- カラオケ

## 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  
インスタグラムのご紹介

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

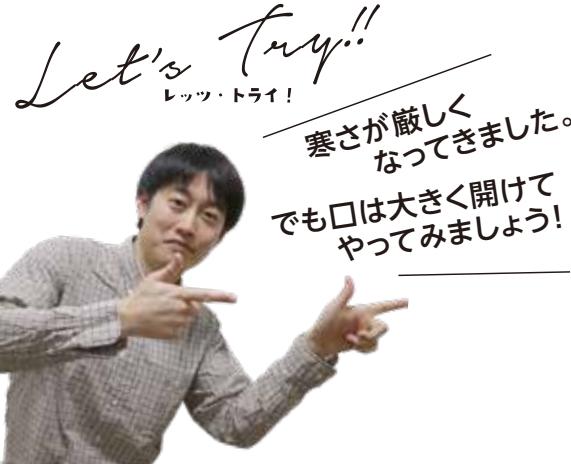
スマートフォンからは  
このQRコードで  
アクセスいただけます。

動画でのアップロードも  
ございます。

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

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