

渋谷区ひがし健康プラザ高齢者在宅サービスセンター			2022年 12月 プログラム予定表		
機能訓練		選択プログラム		レクリエーション・行事等	
★フォーユー体操 ★転倒予防体操 ★口腔体操 ★その他ボランティアさんによる体操実施予定 ※要支援の方には運動器機能向上プログラム実施中		★カラオケ ★オセロ ★将棋 ★塗り絵 ★手工芸 ★トランプ ★脳トレ ★折り紙		★ダンス体操 ★歌謡ショー ★十音の会 ★タンゴショー ★ギター演奏会 ★みんなで歌おう会	
生活基盤サービス		お知らせ			
12月 8日(木)にヘアカットを行います、 定員に余裕がある際にのみ、 こちらからご案内させていただきます。		赤字で記載しているレクリエーションはボランティアさんによる プログラムですが、中止となる可能性もございますので、ご了承ください			
月	火	水	木	金	土
			1	2	3
			ゲーム	映像プログラム	ゲーム
5	6	7	8	9	10
映画鑑賞会	映画鑑賞会	映画鑑賞会	ヘアカット/ 映画鑑賞会	選択プログラム	映像プログラム
12	13	14	15	16	17
選択プログラム	ゲーム	選択プログラム	オンライン コンサート	ゲーム	選択プログラム
19	20	21	22	23	24
ゲーム	選択プログラム	映像プログラム	選択プログラム	X'mas会 ♪	映像プログラム
26	27	28	29	30	31
映像プログラム	映像プログラム	ゲーム	休館日	休館日	休館日
渋谷区ひがし健康プラザ高齢者在宅サービスセンター					