

| | |
|---------------------------------|---------------------------|
| 渋谷区ひがし健康プラザ高齢者在宅サービスセンター | 2019年 10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 |
|-----------------|-------------|

| | |
|--|--|
| 今月は5日(土)に ヘアカット を行います が、定員に余裕がある際のみ、こちらからご案内させていただきます。 | ご利用日以外にも、臨時のご利用を受け付けております。 他曜日プログラムにご興味のある方も、是非ご相談ください。 |
|--|--|

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---------|---------|---------------------|-----------------|-----------------|-----------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | ゲーム | ギターで歌おう会 | 押し花 | 実習生 レクリエーション | ヘアカット/ フラワーアレンジメント |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| ゲーム | カラオケ歌会 | ゲーム | ひがし 大運動会 | ひがし 大運動会 | 選択プログラム |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| はつらつ体操 | 選択プログラム | ギター&ジャンベ 演奏会 | 実習生 レクリエーション | 選択プログラム | ゲーム |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 選択プログラム | ダンス体操 | 選択プログラム | 選択プログラム | 実習生 レクリエーション | ギターで歌おう会 |
| 28 | 29 | 30 | 31 | | |
| カラオケ歌会 | 映画上映会 | 子育て支援交流会/ タンゴショー | 歌謡ショー | | |