

渋谷区ひがし健康プラザ高齢者在宅サービスセンター	2020年 1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10日(金)に ヘアカット を行いますが、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。	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
2020年は 1月4日(土) から 営業致します		1	2	3	4
6	7	お休み	お休み	お休み	カラオケ歌会
新春カルタ大会	新春カルタ大会	ゲーム	選択プログラム	ヘアカット/ ギターで歌おう会	フラワーアレンジメント
13	14	15	16	17	18
ゲーム	ゲーム	押し花	ギター&ジャンベ 演奏会	葉っぱ染め	ゲーム
20	21	22	23	24	25
選択プログラム	選択プログラム	選択プログラム	ダンス体操	選択プログラム	十音の会
27	28	29	30	31	
ジョー先生の タンゴショー	ギターで歌おう会	子育て支援交流会/ カラオケ歌会	映画上映会	カラオケ歌会	