

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 3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	
★フォーユ一体操 ★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				
3月は12日(木)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頂きます。		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がある方も、是非ご相談ください。				
月	火	水	木	金	土	
2	3	4	5	6	7	
カラオケ歌会	カラオケ歌会	ゲーム	ゲーム	ゲーム	フラワー アレンジメント	
9	10	11	12	13	14	
ゲーム	押し花	カラオケ歌会	ヘアカット/ カラオケ歌会	ギターで歌おう会	十音の会	
16	17	18	19	20	21	
選択プログラム	ゲーム	ギター＆ジャンベ 演奏会	選択プログラム	はつらつ体操	選択プログラム	
23	24	25	26	27	28	
ギターで歌おう会	選択プログラム	選択プログラム	丑木さんの ダンス体操	選択プログラム	フラダンス	
30	31					
映画上映会	映画上映会					