



平成31年6月プログラム表



| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | | | | | |
|---------|---|--------------------------|------------------------|-----------------------------|------------------------|-----------------------|--|--|--|--|------------------|
| | <p>ご利用日でない日の臨時利用も お待ちしております。</p> <p>★(上肢)は上半身、(下肢)は下半身を主に動かすゲームです。</p> | | | | | 1 | | | | | |
| 11:00 ~ | | | | | | | | | | | 太極拳体操 |
| 14:00 ~ | | | | | | | | | | | 雨を受け止めよう (上肢) |
| | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | | | | | |
| 11:00 ~ | おとセン体操 | おとセン体操 | おとセン体操 | Styleエクササイズ (重錘体操) | Styleエクササイズ (重錘体操) | Styleエクササイズ (重錘体操) | | | | | |
| 14:00 ~ | 俳句サークル 雨を受け止めよう (上肢) | 書道サークル 匠の会(手工芸) | 書道サークル 射的ゲーム(上肢) | 絵手紙サークル 雨を受け止めよう (上肢) | 歌声教室 | フラワーサークル 射的ゲーム(上肢) | | | | | |
| | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | | | | | |
| 11:00 ~ | Styleエクササイズ (腰痛体操) | Styleエクササイズ (腰痛体操) | ぶーさんの日 (弥生交流保育) | 民謡体操 | 民謡体操 | 民謡体操 | | | | | |
| 14:00 ~ | 書道サークル 射的ゲーム(上肢) | 書道サークル 匠の会(手工芸) | 書道サークル ピンポン玉飛ばし(上肢) | 迷宮迷路 (上肢) | 墨絵サークル 迷宮迷路 (上肢) | 迷宮迷路 (上肢) | | | | | |
| | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | | | | | |
| 11:00 ~ | 演歌体操 | 演歌体操 | 演歌体操 | Styleエクササイズ (棒体操) | Styleエクササイズ (棒体操) | Styleエクササイズ (棒体操) | | | | | |
| 14:00 ~ | 書道サークル キックバック (下肢) | キックバック (下肢) | 歌声教室 | 歌の会 | 大正琴演奏会 | キックバック (下肢) | | | | | |
| | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | | | | | |
| 11:00 ~ | ヨガ体操 | Styleエクササイズ (セラバンド体操) | 交流保育 (きらら保育園) | 太極拳体操 | 太極拳体操 | 太極拳体操 | | | | | |
| 14:00 ~ | カラオケ | ゲーゴル (上肢) | ゲーゴル (上肢) | バイオリン& ピアノ演奏会 | なごみ会鑑賞会 | カラオケ | | | | | |



イベント

- 7日(金) 歌声教室
(池村先生)
- 12日(水) ぶーさんの日
(弥生交流保育)
- 19日(水) 歌声教室
(池村先生)
- 20日(木) 歌の会
(木下さん)
- 21日(金) 大正琴演奏会
(大正琴を楽しむ会)
- 26日(水) 交流保育
(きらら保育園)
- 27日(木) バイオリン&ピアノ
演奏会
(ムズィークカペレ)
- 出前昼食
- 28日(金) なごみ会鑑賞会
(なごみ会)



仲町高齢者在宅サービスセンター 電話 5966-7001

