



令和2年3月  
プログラム表



中央区立高齢者在宅サービスセンター  
マイホームはるみ（ひまわりフロア）

体操

脳トレ・活動・行事・イベント

★しっかり身体を動かし、活動していく事で健康の維持に努めましょう。心身ともに健康にしてウイルスに負けない身体を作りましょう！

★新型コロナウイルスの影響で、3月はボランティアの方々による活動が中止となります。皆様に楽しんで頂ける様、いろいろ取り組んで参りますのでお楽しみにして下さい！！



今月は

# リハビリ体操！！

※曜日によってはカラオケやゲーム等を行いますのでお楽しみに！！

ボランティアの開催が行えず申し訳ありません。スタッフ一同楽しんで頂ける様努力して参ります。

