

成増高齢者在宅サービスセンター 10月 プログラム予定表

月	火	水	木	金	土
 HAPPY HALLOWEEN					1
					ふぉーゆー体操 書道
3	4	5	6	7	8
ふぉーゆー体操 脳トレ	ふぉーゆー体操 陶芸	ふぉーゆー体操 書道	ふぉーゆー体操 射的	ふぉーゆー体操 キャップフラ ワー	ふぉーゆー体操 陶芸
10	11	12	13	14	15
ふぉーゆー体操 輪投げゲーム	ふぉーゆー体操 ボウリング	ふぉーゆー体操 牛乳パック積 みゲーム	ふぉーゆー体操 みの虫の秋飾り	ふぉーゆー体操 ボール・オン・ ザ・プレート	ふぉーゆー体操 絵手紙教室
17	18	19	20	21	22
ふぉーゆー体操 絵手紙教室	ふぉーゆー体操 陶芸	ふぉーゆー体操 キックボー リング	ふぉーゆー体操 運動会	ふぉーゆー体操 書道	ふぉーゆー体操 陶芸
24	25	26	27	28	29
ふぉーゆー体操 魚釣りゲーム	ふぉーゆー体操 ききょうの飾り作 り	ふぉーゆー体操 輪投げゲーム	ふぉーゆー体操 書道	ふぉーゆー体操 糸巻ゲーム	ふぉーゆー体操 ストラックアウト
31	今月の理美容 理美容は、毎月2回実施しています。 カット…¥2000 シャンプー…¥800 顔そり…¥1000 カット+シャンプー+顔そり…¥3500 ※区の理美容券もご使用いただけます。 今月の理美容は、10/1(土)・10/20(火)です。 ※詳細は連絡帳をご覧ください。				
ふぉーゆー体操 ボール・オン・ ザ・プレート					

レクリエーション・行事等～気分転換・地域社会交流～

色彩あふれる紅葉の美しさに心弾む季節になってまいりました。皆様お元気でお過ごしでしょうか。

10月はスポーツの秋！という事で10月20日には運動会が御座います！

ご興味のある方は、臨時でのご参加も承っておりますので、お気軽にお問い合わせください。

趣味・ふれあいサークル活動～いきがづくり～

- ★書道教室
大人気の長沼先生による書道教室です！
【書道】1日(土)5日(水)21日(金)27日(木)
- ★陶芸教室
陶芸の加藤先生が親切丁寧に教えて下さいます。
【陶芸】4日(火)8日(土)18日(火)22日(土)

※音楽療法につきましては、新型コロナウイルスに伴い、開催を見合わせております。開催が可能になり次第、お知らせいたしますので、ご理解の程よろしくお願い致します。



今月の機能訓練・アクティビティ～健康・からだづくり～

【ふぉーゆー体操】
当法人の理学療法士が考案した体操プログラムです。歩行に必要な筋力やバランス機能の維持向上を目指し、職員とのコミュニケーションを図りながら楽しく無理なくご参加いただけます。