

成増高齢者在宅サービスセンター 2月 プログラム予定表

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|------------------|---------|-----------------|----------|--------------------|---------------|
| | | | | | 1 |
| | | | | | ふぉーゆー体操 書道 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| ふぉーゆー体操 | 陶芸 | ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 |
| 音楽療法 | ふぉーゆー体操 | 書道 | 焼き芋ゲーム | ボウリング | 陶芸 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 |
| フラワーセラピー カラオケ | 焼き芋ゲーム | 牛乳パック 積みゲーム | 悪代官を倒せ!! | 音楽療法 バレンタインおやつ♡ | 文字作り ゲーム |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| ふぉーゆー体操 | 陶芸 | ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 |
| 輪投げ | 富久寿会 | 息を合わせて!! ゲーム | 音楽療法 | 書道 | 陶芸 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 |
| 文字作り ゲーム | 音楽療法 | 悪代官を倒せ!! | 書道 | 輪投げ | 絵手紙 |

レクリエーション・行事等～気分転換・地域社会交流～

2/18(火) 富久寿会

歌、南京玉簾、大正琴演奏、サックス演奏など
様々な演目をお楽しみいただけます！
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

音楽の専門講師による音楽療法です！

懐かしい歌などにあわせて心と身体を動かします♪

【音楽】3日(月)14日(金)20日(木)25日(火)



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。

今月の理美容

皆様からご好評いただいております、理美容は、毎月2回実施しています。

カット…¥1600 シャンプー…¥600 顔そり…¥1000

※区の理美容券もご使用いただけます。

今月の理美容は2/17(月)・2/25(火)です。 ※詳細は連絡帳をご覧ください。

