

成増高齢者在宅サービスセンター 12月 プログラム予定表

月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
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	糸巻きゲーム	カラオケ	ホッケー	書道
9	10	11	12	13	14
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	富士山ゲーム	書道	牛乳パック 積みゲーム	音楽療法	陶芸
16	17	18	19	20	21
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
ホッケー	ふぉーゆー体操	音楽療法	富久寿会	書道	陶芸
23	24	25	26	27	28
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
富士山ゲーム	糸巻きゲーム	ホッケー	書道	音楽療法	カラオケ 紅白歌合戦

レクリエーション・行事等～気分転換・地域社会交流～

12/19(木) 富久寿会

歌、南京玉簾、大正琴演奏、サクソ演奏など
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】7日(土)11日(水)20日(金)26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】3日(火)14日(土)17日(火)21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】2日(月)13日(金)18日(水)27日(金)



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。

12月、クリスマス会を企画
しております。
詳細決まり次第、お知らせ
致しますので、楽しみに



今月の理美容

12/6(金)・12/12(木)

※詳細は連絡帳をご覧ください。

☆年末年始のお知らせ☆

最終営業日：令和元年12月28日(土)

年始営業日：令和2年1月4日(土)

年末年始休業日：令和元年12月29日(日)～令和2年1月3日(金)

良いお年を
お迎え下さい