

成増高齢者在宅サービスセンター 1月 プログラム予定表

月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
  年末年始休業  					ふぉーゆー体操 書道
6	7	8	9	10	11
ふぉーゆー体操 音楽療法	陶芸 ふぉーゆー体操	ふぉーゆー体操 正月遊び	ふぉーゆー体操 糸巻きゲーム	ふぉーゆー体操 牛乳パック 積みゲーム	ふぉーゆー体操 陶芸
13	14	15	16	17	18
ふぉーゆー体操 ボウリング	ふぉーゆー体操 音楽療法	ふぉーゆー体操 そば打ち 魚釣りゲーム	ふぉーゆー体操 カラオケ	ふぉーゆー体操 書道	ふぉーゆー体操 的入れゲーム
20	21	22	23	24	25
ふぉーゆー体操 焼き芋ゲーム	陶芸 ふぉーゆー体操	ふぉーゆー体操 ボウリング	ふぉーゆー体操 書道	ふぉーゆー体操 音楽療法	ふぉーゆー体操 陶芸
27	28	29	30	31	
ふぉーゆー体操 牛乳パック 積みゲーム	ふぉーゆー体操 ジャズコンサート 「ジャストフレンズ」	ふぉーゆー体操 書道	ふぉーゆー体操 音楽療法	ふぉーゆー体操 糸巻きゲーム	

レクリエーション・行事等～気分転換・地域社会交流～

1/15(水) そば打ち

ボランティアの方をお呼びし、お蕎麦を打っていただく催しを企画致しました。少々ではございますが…打ち立てのお蕎麦を堪能していただければと思います。臨時でのご参加も承っておりますので、お気軽にお問合せください。

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】4日(土)17日(金)23日(木)29日(水)

★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】7日(火)11日(土)21日(火)25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】6日(月)14日(火)24日(金)30日(木)



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。

年末年始 営業期間のお知らせ

今月の理美容

1/11(土)・1/22(水)

【年内最終営業日】令和1年12月28日(土)
 【年始営業開始日】令和1年 1月 4日(土) ※詳細は連絡帳をご覧ください。
 【年末年始休業】12月29日(日)～ 1月 3日(金)