

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
	1	2	3	4	5
	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
	ふぉーゆー体操	牛乳パック 積みゲーム	射的	富士山に登れ ゲーム	書道
7	8	9	10	11	12
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
ボウリング	キックボウリン グ	書道	牛乳パック 積みゲーム	射的	陶芸
14	15	16	17	18	19
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
牛乳パック 積みゲーム	ふぉーゆー体操	魚釣りゲーム	羽子板作り	書道	ボウリング
21	22	23	24	25	26
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
射的	羽子板作り	ゴルフ	書道	クリスマス会	陶芸
28	29	30	31		
ふぉーゆー体操	ふぉーゆー体操	年末休業			
ストラックアウト	年末 ビンゴ大会				

レクリエーション・行事等～気分転換・地域社会交流～



クリスマス会

12/25(金)、クリスマス会を開催致します。
美味しいクリスマスおやつを召し上がって
いただければと思います。
どんなおやつかは、当日までお楽しみに…
もしかすると…サンタクロースの登場も
あるかも??



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】5日(土)9日(水)18日(金)24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】1日(火)12日(土)15日(火)26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。



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、12/3(木)・12/18(金)です。※詳細は連絡帳をご覧ください。