

# 成増高齢者在宅サービスセンター 5月 プログラム予定表

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
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
お手玉カーリング	ゴルフ	輪投げ	6月カレンダー「額あじさい」	ボーリング	書道
8	9	10	11	12	13
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
ボール・オン・ザ・プレート	壁画工作「つつじの庭園」	書道	魚釣りゲーム	ストラックアウト	糸巻きゲーム
15	16	17	18	19	20
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
牛乳パック積み木ゲーム	書道	脳トレ	ストラックアウト	書道	陶芸
22	23	24	25	26	27
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	陶芸	ゴルフ	書道	輪投げ	陶芸
29	30	31			
ふぉーゆー体操	ふぉーゆー体操	ふぉーゆー体操			
糸巻きゲーム	陶芸	射的			

## レクリエーション・行事等～気分転換・地域社会交流～

気温がだんだんと上がってきて日によっては、暑く感じる日も少しずつ増えてきた今日この頃ですが、皆様お元気でお過ごしでしょうか。

5月は、6月カレンダー工作の「額あじさい」や、壁画工作「つつじの庭園」、射的ゲーム等開催予定です！

5月も引き続き書道・陶芸教室は開催予定です♪  
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】6日(土)10日(水)16日(火)19日(金)25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】20日(土)23日(火)27日(土)30日(火)

※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

5月12日(金)と5月31日(水)

【メニュー】

■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。詳細は連絡帳をご覧ください。

