


# 成増高齢者在宅サービスセンター 4月 プログラム予定表

月	火	水	木	金	土
					1
					ふおーゆー体操 書道
3	4	5	6	7	8
ふおーゆー体操 5月工作	ふおーゆー体操 陶芸	ふおーゆー体操 書道	ふおーゆー体操 射的	ふおーゆー体操 ボール・オン・ザ・プレート	ふおーゆー体操 陶芸
10	11	12	13	14	15
ふおーゆー体操 お手玉カーリング	ふおーゆー体操 絵手紙	ふおーゆー体操 糸巻きゲーム	ふおーゆー体操 5月工作	ふおーゆー体操 書道	ふおーゆー体操 陶芸
17	18	19	20	21	22
ふおーゆー体操 脳トレ	ふおーゆー体操 陶芸	ふおーゆー体操 ゴルフ	ふおーゆー体操 牛乳パック 積み木ゲーム	ふおーゆー体操 輪投げ	ふおーゆー体操 ボール・オン・ザ・プレート
24	25	26	27	28	29
ふおーゆー体操 ストラックアウト	ふおーゆー体操 カラーボール つかみ	ふおーゆー体操 魚釣りゲーム	ふおーゆー体操 書道	ふおーゆー体操 キックボウリング	ふおーゆー体操 射的

## レクリエーション・行事等～気分転換・地域社会交流～

桜の花が咲き、いよいよ春本番となってきている今日ですが、皆様お元気でお過ごしでしょうか。

4月は糸巻きゲームや、5月の工作、射的ゲーム等も開催予定です！

4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】1日(土)5日(水)14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)15日(土)18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～

【ふおーゆー体操】

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

4月8日(土)と 4月27日(木)

【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。

