

# 港区立高齢者在宅サービスセンター白金の森 平成27年10月 プログラム予定表

 <b>健康なからだづくり 機能訓練</b>	 <b>生きがいつくり 趣味サークル活動</b>	 <b>気分転換・地域・社会交流 レクリエーション・行事等</b>
<p>11:15～★ふーゆー体操&amp;口腔体操★ 毎日実施中!!</p> <p>※要支援の方には13:30～運動器機能向上プログラム実施中</p>	<p>☆カラオケ ☆園芸 ☆俳句 ☆トランプ ☆クロスワード ☆読書 ☆百人一首 ☆手工芸 ☆編み物 ☆麻雀 ☆囲碁 ☆将棋 ☆絵画 ☆塗り絵 ☆カレンダー作成</p>	<p>10/16(金) 17(土) 運動会を開催します。 ご家族様も参加出来ますのでお誘いあわせの上 ご参加お待ちしております。 ※印は事前申し込みプログラムです</p>

 <b>暮らしを支える 生活基盤サービス</b>	 <b>お得情報など お知らせ</b>
<p>★ヘアカット ★延長夕食提供サービス(毎日実施中)</p>	<p>10月16日(金)と20日(火)の二日間理美容が ございます。ご希望の方は一週間前までに職員 までお声をかけて下さい。 (カットのみ1,945円、仕上げ付きカット2,700円、 シャンプー付きカット4,645円)</p>

月	火	水	木	金	土
			1	2	3
			ゲーゴル(上肢運動)	ゲーゴル(上肢運動)	ジャンケンプレゼントリレー(上、下肢運動)
5	6	7		9	10
カレンダー作成	※フラワーアレンジメント カレンダー作成	ストレッチダンス	折り紙 カレンダー作成	カレンダー作成	車椅子レクダンス
12	13	14	15	16	17
みなトーク会 コンサート	カレンダー作成	※フラワーアレンジメント カレンダー作成	※押し花 カレンダー作成	運動会	運動会
19	20	21	22	23	24
運動会	カレンダー作成	丑木職員ダンス	カレンダー作成	※フラワーアレンジメント カレンダー作成	特別コンサート
26 お風呂の日	27 お風呂の日	28 お風呂の日	29 お風呂の日	30 お風呂の日	31 お風呂の日
ブロック崩し (上肢運動)	※ネイル	空き缶コロコロゲーム (下肢運動)	折り紙	空き缶コロコロゲーム (下肢運動)	榎本様リサイタル

※当日のプログラムは変更になる場合がございます。予めご了承下さい

港区立高齢者在宅サービスセンター白金の森 03-3449-9615