

港区立高齢者在宅サービスセンター白金の森 平成28年3月 プログラム予定表

 健康なからだづくり 機能訓練	 生きがいつくり 趣味サークル活動	 気分転換・地域・社会交流 レクリエーション・行事等
11:15～★ふぉーゆー体操&口腔体操★ 毎日実施中!! ----- ※要支援の方には運動器機能向上プログラム (styleエクササイズ) 実施中	☆カラオケ ☆園芸 ☆俳句 ☆百人一首 ☆麻雀 ☆囲碁 ☆将棋 ☆絵画 ☆折り紙 (毎月第二・第五木曜日) ☆押し花 ☆お菓子作り ☆フラワーアレンジメント ☆書道	3月3日(木)ひな祭りがあります。皆様のご参加お待ちしております。 お花見外出も企画しております。

 暮らしを支える 生活基盤サービス	 お得意情報など お知らせ
★ヘアカット ★延長夕食提供サービス(毎日実施中) ※ご不明な点はお問い合わせください。	3月18日(金)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。申込書をお渡します。 (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)

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
	フラワーアレンジメント	中村式HAPPY教室	ひな祭り	カレンダー作成	カレンダー作成
7	8	9	10	11	12
ヒロセ様による歌会	ブロック崩し	フラワーアレンジメント	折り紙	車椅子レクダンス	香雪会
14	15	16	17	18	19
カレンダー作成	内野様コンサート	カレンダー作成	押し花	朗読	榎本様によるリサイタル
21	22	23	24	25 お風呂の日	26 お風呂の日
ブロック崩し	目黒ボランティア楽団	ブロック崩し	書道&尺八	フラワーアレンジメント	森下様による インド文化紹介
28 お風呂の日	29 お風呂の日	30 お風呂の日	31 お風呂の日		
チャレンジゴール	ネイル	日本舞踊	折り紙		

※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
※記載のない日は趣味サークル活動の選択プログラムとなります

港区立高齢者在宅サービスセンター白金の森 03-3449-9615