

港区立高齢者在宅サービスセンター白金の森 平成29年3月 プログラム予定表

 健康なからだづくり 機能訓練	 生きがいづくり 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(金)ひな祭りの催しや3月23日(木)～ 花見外出を予定しています。皆様のご参加お待ちしています。

 暮らしを支える 生活基盤サービス	 お得情報など 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6日(月)、17日(金)の2日間理美容がございませう。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、パーマ&シャンプーセット9,720円、ヘアマニキュア&シャンプー9,720円)

月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
		ダーツゲーム	ダーツゲーム	ひな祭り演奏会	ストレッチダンス
6	7	8	9	10	11
ヘアカット ネイル カレンダー作成	フラワーアレンジメント 花壇の植え替え14:15～	日本舞踊	折り紙	書道&尺八&ギター	夢コンパス様による コンサート
13	14	15	16	17	18
内野様コンサート	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	ウクレレ&フラダンス ヘアカット	榎本様リサイタル
20	21	22	23	24	25 お風呂の日
ストレッチダンス	ゲーゴル	ゲーゴル	花見外出 ヒロセ様による歌会	花見外出 フラワーアレンジメント	花見外出 小林様の演奏会14:00～
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	
花見外出 朗読	花見外出 ダーツゲーム	花見外出 ストレッチダンス	折り紙	ダーツゲーム	

※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