

港区立高齢者在宅サービスセンター白金の森 平成29年2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	2月2日(木)～3日(金) 節分の豆まきを行います。邪気を祓い無病息災をお願いします。皆様のご参加お待ちしております。

 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。	2月6日(月)と15日(水)の二日間理美容がごさいます。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
		輪投げ	節分	節分	ストレッチダンス スペシャル
6	7	8	9	10	11
理美容 日本舞踊	フラワーアレンジメント カレンダー作成	山中様コンサート	折り紙 カレンダー作成	フラワーセラピー カレンダー作成	ヒロセ様歌会
13	14	15	16	17	18
ウクレレ レアレアホアロハ	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 理美容	押し花 カレンダー作成	内野様コンサート	カレンダー作成
20	21	22 お風呂の日	23 お風呂の日	24 お風呂の日	25 お風呂の日
みなトーク会	ストレッチダンス	ゲーゴル	書道 & ギター	フラワーアレンジメント ダーツゲーム	香雪会
27 お風呂の日	28 お風呂の日				
ストレッチダンス	車椅子レクダンス				

※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