

渋谷区ひがし健康プラザ高齢者在宅サービスセンター 2月 プログラム予定表

健康なからだづくり		生きがいづくり		気分転換・地域・社会交流	
機能訓練		趣味サークル活動		レクリエーション・行事等	
★フォーユー体操 ★転倒予防体操 ★口腔体操 ★その他ボランティアさんによる体操実施予定 ※要支援の方には運動器機能向上プログラム実施中		★カラオケ ★囲碁 ★将棋 ★塗り絵 ★手工芸 ★押し花 ★書道		★ヨガ体操 ★ダンス体操 ★歌謡ショー ★ギター演奏 ★民謡の会 ★フラダンス ★GIII	
暮らしを支える		お得情報など			
生活支援サービス		お知らせ			
★ヘアカット(外出が難しいご家族様が対応できない方など) ボランティアの調整がつき次第ご連絡致します。		★今月は節分に豆まきを行います！ ★21日の火曜日は休館日となりますのでご注意ください。			
月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
		子育て支援 ゲーム1	みんなで 歌おう会	ゲーム1 節分企画	ゲーム1
6	7	8	9	10	11
ゲーム1	手工芸	手工芸	ギター演奏会	ダンス体操	ヨガ体操
13	14	15	16	17	18
押し花	ダンス体操	ゲーム2	手工芸	手工芸	十音の会
20	21	22	23	24	25
タンゴショー	休館日	民謡の会	GIII(三味線)	歌謡ショー	映画鑑賞
27	28				
ダンス体操	ヨガ体操				

※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