

|                                                                                |                     |                                                              |                     |                                                                                  |                 |
|--------------------------------------------------------------------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| 渋谷区ひがし健康フラザ高齢者在宅サービスセンター                                                       |                     |                                                              |                     | 2019年 2月 プログラム予定表                                                                |                 |
| 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<br>★その他ボランティアさんによる体操実施予定<br>※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<br>★手工芸   ★押し花   ★書道                |                     | ★フラダンス   ★みんなで歌おう会<br>★フラワーアレンジメント   ★ヨガ体操   ★ギター演奏会<br>★歌謡ショー   ★十音の会   ★タンゴショー |                 |
| 生活基盤サービス                                                                       |                     | お 知 ら せ                                                      |                     |                                                                                  |                 |
| 今月は15日(金)にヘアカットを行います。定員に余裕がある際にのみ、こちらからご案内させていただきます。                           |                     | 今月19日(火)はひがし健康フラザの休館日になります。デイサービスもお休みとなりますので、ご了承の程お願い申し上げます。 |                     |                                                                                  |                 |
| 月                                                                              | 火                   | 水                                                            | 木                   | 金                                                                                | 土               |
|                                                                                |                     |                                                              |                     | 1                                                                                | 2               |
|                                                                                |                     |                                                              |                     | ゲーム①<br>(手を使った機能訓練)                                                              | ゲーム①/<br>節分会    |
| 4                                                                              | 5                   | 6                                                            | 7                   | 8                                                                                | 9               |
| ゲーム①<br>(手を使った機能訓練)                                                            | ヨガ体操                | ゲーム①<br>(手を使った機能訓練)                                          | 手工芸                 | ダンス体操                                                                            | フラワー<br>アレンジメント |
| 11                                                                             | 12                  | 13                                                           | 14                  | 15                                                                               | 16              |
| 手工芸                                                                            | ゲーム①<br>(手を使った機能訓練) | 押し花                                                          | ゲーム①<br>(手を使った機能訓練) | ギター演奏会<br>/ヘアカット                                                                 | 手工芸             |
| 18                                                                             | 19                  | 20                                                           | 21                  | 22                                                                               | 23              |
| ゲーム②<br>(足を使った機能訓練)                                                            | 休館日                 | ゲーム②<br>(足を使った機能訓練)                                          | 手工芸                 | 手工芸                                                                              | 十音の会            |
| 25                                                                             | 26                  | 27                                                           | 28                  |                                                                                  |                 |
| カラオケ歌会                                                                         | ゲーム②<br>(足を使った機能訓練) | カラオケ歌会                                                       | ヨガ体操                |                                                                                  |                 |
| 渋谷区ひがし健康フラザ高齢者在宅サービスセンター                                                       |                     |                                                              |                     |                                                                                  |                 |