



矢口在宅12月体操プログラム



朝の体操
9:45~

全身体操
口腔体操
11:45~

午後の活動
13:45~



健康アップが
目標です。

大田区立
矢口高齢者

ご都合の
良い時に
来所下さい。

在宅サービスセンター



下記は午後1時45分~2時45分です

3日(月) お習字

5日(水) 笑いヨガ

8日(土) リズミカル健康体操

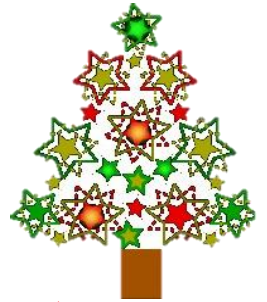
13日(木) **大正琴のボランティアさん来所**

15日(土) **BBBシンガーズ(コーラスグループ)**

18日(火) **コーラスグループの来所**

21日(水) お習字

28日(金) リズミカル健康体操



今年もご利用有難うございました。
本年は12月29日まで営業しております。
年明けは1月4日から営業します。
皆様の来所お待ちしております。

大田区立矢口高齢者在宅サービスセンター
大田区新蒲田2-12-18 ☎5711-0851

担当: 渡邊・竹内

