

どいこの坂 2026 5月

シニアステーション田園調布

大田区田園調布2-58-5 ☎ 03-6715-6900



気持ちのいい排泄を目指して おなかの保健室

★Poo マスター (排泄ケアプロフェッショナル) より、気持ちのいい排泄についてお話しがあります。

★介護やご自身の排泄に関するお困りごと(お腹が張る・違和感がある)等々ご質問や、お悩みごとを受け付けます

◇予約制 参加 無料

5月20日(水) 13:30~14:30

講師：池上長寿園 特別養護老人ホーム馬込
看護職員：市川 明美

《出張講座》のご案内

配信体操「体幹トレーニング」講師で理学療法士の **天雲大陽** 先生が来館しリアルタイムでレッスンして頂けます 皆様 奮ってご参加ください

◇予約制 参加 無料

5月11日(月)

15:00~15:40



🌸 フラワーアレンジメント 🌸 第1弾

シニア田西 好評の「山ちゃんハナウタ 講座」

5月29日(金) 10:00~11:45

申し込みメ切 5月26日(火)

生花のため、お申し込みメ切以降のキャンセルはできません

◇予約制 材料費 ¥1,500

講師：シニアステーション田園調布西 職員

● いきいき音楽サロン ● 第2弾

ピアノ・バイオリンの生演奏や楽器に触れ合い、歌って楽しく健康に!!

5月29日(金)

14:30~16:00

◇予約制 参加費 ¥300

講師：上條 直子 先生
(音楽療法士)



5月の虹 フログラム

虹プログラムに参加希望をする方は、事前予約をお願いします
内容により定員があるため、参加をお断りする場合もございます

5月7日(木) 虹 カルチャー 「賢い消費者になる講座」 最近の悪質商法についてお話し

◇ 講師：東京都 消費生活相談員 ◇ 13:30~14:30 (有料・会員無料) 定員 25名

5月14日(木) 歌 サロン 「Masako's Live」 ケセラセラ 🎵

元気になる歌とトークをお届けします! 日本の歌以外に英語の曲も、みんなで楽しみましょう

◇ 講師：森田 匡子 さん ◇ 13:30~14:30 (有料・会員無料) 定員 25名

5月21日(木) 虹 サロン 「♪音楽 旅気分♪」

2週続きで音楽の催しです サキソフーンとピアノの演奏に乗せて世界旅行を味わいましょう

◇ 講師：メロディークルーズ の皆さん ◇ 13:30~14:30 (有料・会員無料) 定員 25名

5月28日(木) 虹 トレ (ピンポイントで筋肉を強くする体操!)

◇ 講師：栗山 和之 さん ◇ 13:30~14:30 (有料・会員無料) 定員 25名

