

6月の会食サービス・地域交流サロン

会食サービス★開催日 4日, 11日, 18日, 25日,

11:45~12:00 食事前のお口の体操

12:00~13:00 お食事

(25日 栄養士によるお食事の話)

★事前登録制です。★お弁当持参でお過ごし頂けます。

<地域交流サロン>火曜日 11:00~15:00

4日 13:10~

♪歌を歌いましょう♪

季節の歌を、声を合わせて

て歌いましょう。♪

11日 13:00~

☞手話ダンス☞

馴染みの曲に手話で振り

付けて、皆で踊ります。

★ 介護予防体操 ★

18日 13:10~



フラダンス

爽やかな風に乗って

踊ります。



リンパマッサージ

25日 13:00~勉強会

骨と筋肉を作る栄養と運動

骨と筋肉を強くする！必要な知識を
栄養士と理学療法士が教えます。

★お飲みものを用意しています。ご自由にどうぞ。
★囲碁、将棋、卓球、折り紙も用意しています。
お気軽に声がけください。