

3月の地域交流サロン

特別養護老人ホーム中目黒 03-5704-3631

火曜日 11:00～15:00

5日

- ・ 椅子の体操
- ・ 立位の体操
- ・ 歌唱 他



12日

- ・ 椅子の体操
- ・ 体力測定①
- ・ 歌唱



19日

- ・ 椅子の体操
- ・ 体力測定②
- ・ 歌唱 他

体操は13時から

- ・ 出入り自由
- ・ お飲み物のご自由にどうぞ☆
- ・ 活動のご希望をお寄せください。
- ・ 歌のリクエストも募集中。

26日

- ・ 椅子の体操
- ・ はつらつセミナー
- ・ 歌唱 他

