

矢口在宅3月体操プログラム



どなた様でも
参加できます。

新蒲田の
デイサービスです。

健康アップが
目標です。

朝の体操
9:45~

大田区立 矢口高齢者 在宅サービスセンター

午後の活動
13:45~

ご都合の良い時に
来所して下さい。

全身体操
口腔体操
11:45~

無料で
体操が出来ます。

下記は午後1時45分~2時45分です
2日(金) コーラスグループの
ボランティアさん来所

8日(木) お習字
15日(木) リズミカル健康体操
19日(月) お習字
20日(火) 笑いヨガ
23日(金) リズミカル健康体操
26日(月) 大正琴やギターの



ボランティアさん来所

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
*裏面に地図あります 担当:渡邊・竹内

