



矢口在宅6月体操プログラム

4月から矢口在宅の活動内容を、皆様にもっと知って頂きたく、通常の活動も体験プログラムに取り入れました。
ぜひ、ご参加してみてください。



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
在宅サービスセンター

ご都合の
良い時に
来所下さい。



下記は午後1時45分～2時45分です

- 6日(水) ピンポンパーン
- 7日(木) 大正琴のボランティアさん来所
- 11日(月) お習字
- 12日(火) 笑いヨガ
- 20日(水) リズミカル健康体操
- 28日(木) リズミカル健康体操



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

