

4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

2日

- ・ 椅子の体操
- ・ 立位の体操
- ・ 歌唱 他

9日

- ・ 椅子の体操
- ・ 有酸素運動
- ・ 歌唱 他

16日

- ・ 椅子の体操
- ・ ラジオ体操
- ・ 歌唱 他

体操は13時から

23日

- ・ 椅子の体操
- ・ ウォーキング
- ・ 歌唱 他

- ・ 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♪

30日

- ・ 椅子の体操
- ・ 有酸素運動
- ・ 歌唱 他