

今月のお勧め  
♪イベント♪

★6/10  
筋力測定+電子運動器  
の体験会

筋肉の減少により筋力  
や身体機能は日々低下  
していきます。  
今回は日常生活の基本  
である筋肉量を測定し  
ます。電子運動器や電  
気治療器の体験がで  
きます！

ケアフロア

★ラジオ体操→10時

★日曜・木曜は 14時～  
プレミアムタイム

↓  
「顔の見えるケアプラン」  
にのせた、ご入居者の夢や  
思いを叶える時間です！

自立フロア

★6/17  
「みえる長谷エシニア  
ウェルラジオ」上映会

今回は聞くラジオから  
見て楽しむラジオになり  
ました！  
お茶を飲みながら、一緒  
に楽しみましょう！



日	月	火	水	木	金	土
	<b>1</b> 10:00 3F体操 10:00 2F/PT体操	<b>2 《運営懇談会》</b> (3階) 10:00~ 10:00 内科往診 10:00 2F/PT体操 10:45 ヤクルト販売	<b>3</b> 9:30 訪問歯科 14:00 ケア体操	<b>4</b> 10:30 1F/PT体操 14:30 2F/傾聴 ボランティア	<b>5</b> 10:00 2F/PT体操 14:00 笑いヨガ	<b>6</b> PM 皮膚科往診
<b>7</b> 	<b>8</b> 10:00 3F体操 <b>ミュージックアンサンブル</b> 2F★13:30 	<b>9</b> 10:00 2F/PT体操 10:45 ヤクルト販売	<b>10</b> 《エレベーター点検》 9:30 訪問歯科 14:00 3F将棋 14:00 ケア体操 <b>電子運動器お試し会</b> 1F★13:30	<b>11</b> 9:30 訪問理美容 10:30 1F/PT体操 <b>吹き矢サークル</b> 3F★13:30	<b>12</b> 14:00 笑いヨガ 	<b>13</b> 10:00 2F/PT体操 <b>シネマサロン</b> 3F★13:30 
<b>14</b> 10:00 2F/PT体操 13:30 2F★カラオケ	<b>15 《共用部清掃》</b> ~3F体操お休み~ 10:00 2F/PT体操 	<b>16 《共用部清掃》</b> 10:00 内科往診 10:45 ヤクルト販売 14:00 2F★歌声広場	<b>17</b> 9:30 訪問歯科 14:00 ケア体操 <b>みえる長谷エシニア ウェルラジオ 上映会</b> 3F 15:00	<b>18</b> 10:30 1F/PT体操 <b>朗読会</b> 3F 15:00	<b>19</b> 10:00 2F/PT体操 14:00 笑いヨガ <b>脳トレ</b> 1F★14:00 小玉	<b>20</b> 10:00 2F/PT体操 <b>ピアノ演奏会</b> 2F★14:00 
<b>21</b> <b>句会</b> 1F 14:00 	<b>22</b> 10:00 3F体操 10:00 2F/PT体操 11:00 眼科往診 <b>ハンドマッサージ &amp; マニキュア</b> 2F★14:00	<b>23</b> 10:00 2F/PT体操 10:45 ヤクルト販売 14:00 2F★歌声広場	<b>24</b> 9:30 訪問歯科 14:00 ケア体操 14:00 3F将棋	<b>25 《不在者投票》</b> 1Fにて 10:30 1F/PT体操 <b>吹き矢サークル</b> 3F★13:30	<b>26</b> 10:00 2F/PT体操 <b>書道</b> 2F 14:00 小玉	<b>27</b>
<b>28</b> 10:00 2F/PT体操 13:30 2F★カラオケ	<b>29</b> 10:00 2F/PT体操 <b>毛ルック</b> 3F★14:30 	<b>30 ☆井草開設記念日☆</b> 10:00 2F/PT体操 10:45 ヤクルト販売	<div style="text-align: center;"> <p><b>井草 25周年イベント</b> 14時頃～を予定しています。 詳細はポスターにて</p> </div>			