



# 2022年



あけましておめでとうございます！  
 皆様に安心してご利用いただけますよう  
 スタッフ一同、精一杯頑張ります。



本年も港南いきいきプラザをよろしく願いいたします。

## ☆1月3日(月)特別開館☆

◆開館時間…10時30分～15時

ラウンジで甘酒とお汁粉をご用意しております。



※なくなり次第終了

◆浴室時間…10時45分～14時30分(最終入場:14時まで)

◆いきいき体操…12時30分～12時45分

場所:敬老室(参加スタンプ2倍です)



◆新年の集い…13時～13時30分 場所:敬老室

ちょこっと筋トレと椅子に座って出来る簡単ストレッチ

※1月3日はラウンジ、浴室のみご利用可能となります。

ジム・プール・リラクゼーションルームは、ご利用いただけません。



予めご了承ください。

## ☆入浴前体調チェック☆



日時:1月26日(水)13時～15時

場所:ラウンジ及び受付前にて

常勤看護師の坂本が担当します。お気軽にお声がけ下さい。

コラーゲンの日



## ☆1月の入浴サービス☆



〈入浴サービス〉1月25日(火)～森の香り～

癒される森の香りをお楽しみ下さい。



## ☆みんなといきいき体操☆

1月11日(火)・25日(火)はスタンプ2倍(2個)押します!!

毎日、12時30分～ 敬老室 男性の方も大歓迎!!

たくさんのご参加をお待ちしています。

体のバランス能力と歩行能力が向上します。



