

つきみ荘通信 11月号

休館日：毎週月曜日(祝祭日の場合は翌平日)
 カルチャーデー:毎週水曜日
 *文化、教養、娯楽などの活動が盛りだくさん

つきみ荘 行事予定

*カラオケ・ダンスは白地の日にご利用できます

11月

日	月	火	水	木	金	土
1	2 休館日	3 筋力アップトレーニング 10:00~	4 ●健康(体のゆがみ矯正) 体操 10:00~ ●絵画教室 13:30~	5 健康体操 10:00~ 健康吹矢 13:00~	6 健康体操 10:00~	7
8	9 休館日	10 筋力アップトレーニング 10:00~	11 ●iPad 脳トレ 11:00~ ●健康英会話 13:00~	12 健康体操 10:00~	13 健康体操 10:00~	14
15	16 休館日	17 筋力アップトレーニング 10:00~	18 午前中の活動はありません ●健康(体のゆがみ矯正) 体操 13:00~	19 健康体操 10:00~ 健康吹矢 13:00~	20 健康体操 10:00~	21
22	23 休館日	24 休館日	25 ●太極拳体操 10:00~ ●健康英会話 13:00~ ●バランス・スティック体操 13:00~	26 つきみ荘 カラオケ大会 ホール貸切	27 健康体操 10:00~	28
29	30 休館日	12/1	12/2	12/3	12/4	12/5