

つきみ荘通信 10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

10月

日	月	火	水	木	金	土
				1 貸切 本庄市敬老会	2 貸切 本庄市敬老会	3
4	5 貸切 仁手敬老会	6 貸切 曙敬老会	7 ● 自然農法露地野菜栽培 教室 10:00~ ● 健康(体のゆがみ矯正) 体操 10:00~ ● 絵画教室 13:30~ ● 栄養教室 13:30~	8 健康体操 10:00~ 健康吹矢 13:00~	9 健康体操 10:00~	10
11	12	13 休館日	14 ● iPad 脳トレ 11:00~ ● 健康英会話 13:00~ ● 介護教室 13:30~	15 健康体操 10:00~	16 健康体操 10:00~	17
18	19 休館日	20	21 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~	22 健康体操 10:00~ 健康吹矢 13:00~	23 健康体操 10:00~	24
25	26 休館日	27 筋力アップトレーニング 10:00~	28 ● 太極拳体操 10:00~ ● バランス・スティック体操 13:00~	29 健康体操 10:00~	30 健康体操(休み)	31