

つきみ荘通信 2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

2月

日	月	火	水	木	金	土
	1 休館日	2 セラバンドと健康体操 10:00~	3 ● ストレッチホールとねころ ピクス 10:00~ ● 絵画教室 13:30~	4 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00~	5 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00~	6
7	8 休館日	9 セラバンドと健康体操 10:00~	10 ● iPad 脳トレ 10:00~ ● 東小平高窓の里健康会 10:00~ ● 健康英会話 13:00~	11	12 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00~ 健康吹矢 13:30~	13
14 バレンタインデー	15 休館日	16 セラバンドと健康体操 10:00~	17 ● 太極拳体操 10:00~ ● ストレッチホールとねころ ピクス 13:00~	18 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00~	19 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00~	20
21	22 いきいき シルバー 芸能発表会 (貸切)	23 セラバンドと健康体操 10:00~	24 ● 健康英会話 13:00~ ● バランス・スティック体操 13:00~	25 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00~ 健康吹矢 13:30~	26 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00~	27
28	29 休館日	3月1日	3月2日	3月3日	3月4日	3月5日

本庄市老人福祉センター つきみ荘
住所：本庄市沼和田127-1
電話：0495-22-3696