

# つきみ荘通信 6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

日	月	火	水	木	金	土
			1 ● ストレッチホールとねころ ビクス 10:00~ ● 絵画教室 13:30~	2 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00~	3 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00~	4
5	6 休館日	7 セラバンドと健康体操 10:00~	8 ● iPad 脳トレ 10:00~ ● 健康英会話 13:00~	9 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00~ 健康吹矢 13:30~	10 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00~	11
12	13 休館日	14 セラバンドと健康体操 10:00~	15 ● 太極拳体操 10:00~ ● ストレッチホールとねころ ビクス 13:00~	16 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00~	17 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00~	18
19	20 休館日	21 セラバンドと健康体操 10:00~	22 ● 介護技術指導教室 10:30~ ● バランス・スティック体操 13:00~(裏面参照) ● 健康英会話 13:00~	23 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00~ 健康吹矢 13:30~	24 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00~	25
26	27 休館日	28 セラバンドと健康体操 10:00~	29 ● 講演「身近なパワースポット」 13:30~	30 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00~	※下旬に将棋大会を予定しています。 詳細は後日ご案内いたしますので、 是非ご参加ください。	

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