

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

9月

日	月	火	水	木	金	土	
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						1 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00～	2 健康麻雀 10:00～ (年金協会)
3	4 休館日	5 セラバンドと健康体操 10:00～ 筋トレ・脳トレリズム運動 13:00～	6 ● ストレッチポールとねころ ビクス 10:00～ ● 絵画教室 13:30～ ● ヨガ体操 13:30～	7 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00～	8 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00～	9 健康麻雀 12:30～ (年金協会)	
10	11 台町 敬老会 (貸切)	12 本町 敬老会 (貸切)	13 ● 太極拳体操 10:00～ ● iPad 脳トレ 10:00～ ● 健康英会話 13:00～ ● ストレッチポールとねころ ビクス 13:00～	14 健康麻雀 (年金協会) 12:30～ 健康吹矢 (年金協会) 13:30～	15 小島南 敬老会 (貸切)	16 健康麻雀 10:00～ (年金協会)	
17	18 小島 敬老会 (貸切)	19 南本町 敬老会 (貸切)	20 ● 身近なパワースポット ハイキング 9:00～ ● トールペイント教室 10:00～12:30 ● 健康英会話 13:00～ ● バランス・スティック体操 13:40～	21 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00～	22 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00～	23 秋分の日 健康麻雀 12:30～ (年金協会)	
24	25 諏訪町 敬老会 (貸切)	26 本庄市敬老会 (貸切)	27 本庄市敬老会 (貸切)	28 本庄市敬老会 (貸切)	29 本庄市敬老会 (貸切)	30 本庄市 敬老会 (貸切)	

つきみ荘 9月 活動のご案内

<つきみ荘ご利用の皆様へ お知らせ>

敬老の日(9月18日)に合わせ、つきみ荘でも本庄市や各自治会が主催する敬老会が催されます。
(スケジュールは表面をご覧ください)

敬老会開催日は、つきみ荘では貸切利用となり、一般の方のご利用ができないこととなりますので、ご了承ください。ご注意いただきますようお願い申し上げます。

身近なパワースポット ハイキング

さざえ堂、日本神社、岩谷堂、ごっくん水などのパワースポット巡りが好評でしたので、足を伸ばして十二天社や秋山地区のパワースポット・観光名所を、地元ガイドの解説で探訪します。マイナスイオンとパワーを満喫するハイキングをお楽しみください。

(探訪先) ※車乗合と徒歩で回ります

- ・ 観光農業センター (集合場所)
- ・ 水押川の彼岸花 (曼殊沙華) 観賞
- ・ 十二天社
- ・ 秋山御嶽神社 (大魔羅様)

日時	9月20日(水) 9:00~12:00
集合場所	本庄市観光農業センター (住所:本庄市児玉町小平653)
定員	30名(先着順)
参加費	無料
用意	軽装・スニーカーなど歩きやすい恰好で お出で下さい ※飲み物・汗拭きタオル必携
ガイド(案内)	今井玲子(NPOネットワーク東小平理事)
申込先	本庄市老人福祉センター つきみ荘 ☎・Fax: 0495-22-3696



十二天社



水押川 彼岸花