

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

平成30年4月

日	月	火	水	木	金	土
1	2 休館日	3 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~	4 ● 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~	5 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00~ 健康吹矢 (年金協会) 13:30~	6 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00~	7 健康麻雀 10:00~ (年金協会)
8	9 休館日	10 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~	11 ● iPad 脳トレ 10:00~ ● 健康英会話 13:30~	12 健康吹矢 (年金協会) 13:30~	13 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00~	14 健康麻雀 12:30~ (年金協会)
15	16 休館日 ● 身近なパワー スポットハイク 10:00~ 14:00	17 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~	18 ● 太極拳体操 10:00~ ● ストレッチポールとねころ ビクス 13:00~	19 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00~ 健康麻雀 (年金協会) 12:30~ 健康吹矢 (年金協会) 13:30~	20 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00~	21 健康麻雀 10:00~ (年金協会)
22	23 休館日	24 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~	25 ● 介護相談 (予約制) ● トールペイント教室 10:00~12:30 ● 健康英会話 13:30~ ● バランス・スティック体操 13:40~	26 健康吹矢 (年金協会) 13:30~	27 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00~	28 健康麻雀 12:30~ (年金協会)
29 (昭和の日)	30 (振替休日)	5/1 振替休館日	5/2			



つきみ荘 4月 活動のご案内

つきみ荘運営3周年 感謝の日 ～日頃のご愛顧に感謝して～

つきみ荘運営4年度目を迎えるにあたって、日頃ご来館されている方やご支援を賜っている方々に、心ばかりの感謝の気持ちをお届けいたしたく、下記の通り催しを行います。
お誘い合わせて「つきみ荘」においでいただき、ゆったりと一日を過ごしていただければ幸いです。

日時: 4月1日(日) 10:00～16:00
 内容: ○カラオケ・ダンス利用 **無料**
 ○コーヒー・紅茶 **無料**
 ○定食一割引券(当日限り)
 ○4年度目記念テープカット **13:00～**
 ※入館に当たっては、別途下記入館料がかかります

入館料のお知らせ

平成30年4月1日現在

居住地	年齢等	利用料金	
本庄市・深谷市・美里町・神川町 上里町にお住まいの方	大人	60歳以上	無料
		60歳未満	50円
	大学生・高校生・専門学校生		無料
	中学生以下		無料
	障害者手帳をお持ちの方		無料
上記以外の地域にお住まいの方	大人	60歳以上	100円
		60歳未満	200円
	大学生・高校生・専門学校生		無料
	中学生以下		無料
	障害者手帳をお持ちの方		無料

お申込み先
お問合せ先

《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/Fax: 0495-22-3696

身近なパワースポット・ハイク ～稲沢ハイキングコースと稲聚神社～

「稲沢ハイキングコース」と「稲聚神社」「住吉神社」をめぐる、やや本格的なハイキングです。竹林のトンネル、山つつじ等見どころも多く、ゆっくりペースでお弁当を楽しみ歩きます。萌え出ずる春の風物を身近に感じりフレッシュしましょう。

日時: 4月16日(月) 10:00～14:00
 集合場所: 稲聚神社
 (住所: 本庄市児玉町稲沢360)
 定員: 20名(先着順)
 参加費用: **無料**
 用意: ○お弁当・飲み物各自持参
 ○軽登山ができる恰好でお出で下さい
 ○杖の持参をお勧めします
 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

