



長寿の郷 ロクハ荘 12月のカレンダー



※イベント・行事日程は状況により変更する場合がありますので、ご了承ください。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
9:30~15:00 つむぐフェス	休館日	13:30~16:00 スポーツ ボイス	9:00~15:00 矢倉老人クラブ	9:00~12:00 短期集中予防 サービス 13:30~14:30 健康バンド	10:00~12:00 クリスマス リース作り 13:30~15:00 ロクハ 百歳体操	
社交ダンス		将棋 太極拳 飾結美	囲碁 健康体操 よし笛	民踊	囲碁 健康気功	社交ダンス
8	9	10	11	12	13	14
9:00~12:00 室木町子ども会 (大広間)	休館日		11:00~12:00 チーズセミナー 13:00~16:00 フレイル予防講座	9:00~12:00 短期集中予防 サービス 13:30~15:30 暮らしに絵本 13:30~14:30 健康バンド	13:30~15:00 ロクハ 百歳体操	13:00~15:00 カラオケ大会
		将棋 太極拳 飾結美	囲碁 ヨガ 健康体操	はなみずき 水彩画 民踊	囲碁 ピアノ	社交ダンス 水彩画
15	16	17	18	19	20	21
休館日	休館日	13:30~16:00 スポーツ ボイス	13:00~16:00 フレイル予防講座	9:00~12:00 短期集中予防 サービス 13:30~14:30 健康バンド	10:30~11:30 クリスマス コンサート 13:30~15:00 百歳体操	
		将棋 太極拳	囲碁 よし笛 絵手紙(萩) 健康体操	民踊	囲碁 健康気功	社交ダンス
22	23	24	25	26風呂の日	27	28
ゆず湯	休館日		13:00~16:00 フレイル予防講座	9:00~12:00 短期集中予防 サービス 10:00~11:00 みんなで リズム体操 13:30~14:30 健康バンド	13:30~15:00 ロクハ 百歳体操	休館日
		将棋 太極拳 飾結美	囲碁 ヨガ	民踊 水彩画	囲碁 ピアノ	
29	30	31				
休館日	休館日					

白抜き

←事前申込が必要になります

赤字

←当日参加可能です、是非お越し下さい

←ロクハ荘 同好会 活動予定日

