



# 長寿の郷 ロクハ荘 9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
				14:00~15:00 健康バンド	13:30~14:30 ロクハ百歳体操	くれよん
					リメイク(初回) ギター 囲碁	社交ダンス
4	5	6	7	8	9	10
	休館日		旬菜館 老く連理事会	14:00~15:00 健康バンド	13:30~14:30 ロクハ百歳体操	
		将棋 太極拳	健康体操 囲碁 よし笛	水彩画 はなみずき	囲碁 ピアノ	水彩画 社交ダンス
11	12	13	14	15	16	17
10:00~、13:00~ 敬老の日 イベント	休館日		旬菜館	11:00~13:00 アイセイ薬局 健康チェック 14:00~15:00 健康バンド	13:30~14:30 ロクハ百歳体操	13:30~15:00 青春音楽広場
		手話 将棋 太極拳	ウクレレ 囲碁 ヨーガ		リメイク 囲碁	社交ダンス
18	19	20	21	22	23	24
休館日	上尾町内会 敬老の集い	休館日	旬菜館	14:00~15:00 健康バンド	13:30~14:30 ロクハ百歳体操	
	将棋 太極拳		絵手紙 囲碁 よし笛 健康体操	水彩画	囲碁 ピアノ	水彩画 社交ダンス
25	26	27	28	29	30	
風呂の日	休館日		旬菜館	14:00~15:00 健康バンド	10:00~11:30 ハーモニカ講座	
			赤ちゃんの駅 栄養相談		13:30~14:30 ロクハ百歳体操	
		手話 将棋 太極拳	健康体操 ウクレレ 囲碁 ヨーガ		ギター 囲碁	

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

緑色

←ロクハ荘 同好会 活動予定日

現在会員募集の同好会もございます。お気軽にお尋ねください。

