



長寿の郷 ロクハ荘 11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
				13:30~15:00 健康バンド	13:30~15:00 ロクハ 百歳体操	
				民踊 はなみずき	囲碁 健康気功	社交ダンス
4	5	6	7	8	9	10
	休館日	13:30~15:00 健康バンド	14:30~15:30 医療講演会	13:30~15:00 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
		10:00~11:45 ヘアカット講習会				
社交ダンス		将棋 太極拳	囲碁 よし笛 健康体操	ストレッチ 水彩画 民踊	囲碁 ピアノ	水彩画 社交ダンス
11	12	13	14	15	16	17
13:00~15:00 アコースティック イベント	休館日	13:30~15:00 ロクハスポーツ ボイス学園		14:30~15:30 医療講演会	13:30~15:00 ロクハ 百歳体操	
		10:00~12:00 子育て連続講座		13:30~15:00 健康バンド		
		飾結美 絵手紙(藤) 太極拳 将棋	ヨーガ 囲碁 健康体操	13:30~15:30 暮らし絵本 民踊 マジック	囲碁 健康気功	社交ダンス
18	19	20	21	22	23	24
休館日	休館日	13:30~15:00 ロクハスポーツ ボイス学園		13:30~15:00 健康バンド	13:30~15:00 ロクハ 百歳体操	
		将棋 太極拳		健康体操 よし笛 囲碁 絵手紙(萩)		
25	26	27	28	29	30	
風呂の日	休館日	13:30~15:00 ロクハスポーツ ボイス学園	10:30~12:00 懐メロ サロン		13:30~15:00 ロクハ 百歳体操	
		10:00~11:45 ヘアカット講習会				

- ←事前申込が必要になります
- ←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



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。