



長寿の郷 ロクハ荘 4月のカレンダー



日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				※ロクハ桜事業実施中※		
				健康バンド	百歳体操	
					囲碁 ギター	社交ダンス
4	5	6	7	8	9	10
※ロクハ桜事業※	休館日	手話講座①	旬菜館	健康バンド	百歳体操	
			ウクレレ講座①			
		将棋 太極拳	囲碁 健康体操 よし笛	はなみずき 水彩画 民踊	囲碁 ピアノ	社交ダンス 水彩画
11	12	13	14	15	16	17
「鮎ずし」を学ぶ講座 (山田漁港)	休館日	手話講座②	旬菜館	健康バンド	百歳体操	
			ウクレレ講座②			
		将棋 太極拳	ヨガ 囲碁		囲碁 ギター	社交ダンス
18	19	20	21	22	23	24
休館日	休館日	手話講座③	旬菜館	お出迎え講座 青地ひまわり会	百歳体操	
			ウクレレ講座③			
		将棋 太極拳	健康体操 囲碁 絵手紙 よし笛	水彩画 民踊	囲碁 ピアノ	社交ダンス 水彩画
25	26	27	28	29	30	
風呂の日	休館日	手話講座④	旬菜館	健康バンド	百歳体操	
			ウクレレ講座④			
防災クッキング		将棋 太極拳	健康体操 囲碁 ヨーガ		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
	←ロクハ荘 同好会 活動予定日