



長寿の郷 ロクハ荘 11月のカレンダー



日	月	火	水	木	金	土
			1	2	③	4
			9:00~ 旬菜館	14:00~15:00 健康バンド	13:30~14:30 百歳体操	
			老ク連理事会	10:00~16:00 立命館大学味覚検査	10:00~16:00 立命館大学味覚検査	
			健康体操 囲碁 よし笛	ハーモニカ リメイク	囲碁 ギター	社交ダンス
5	6	7	8	9	10	11
志津ふれ あい広場	休館日	14:00~15:30 ロクハ荘を 飾ろう	9:00~ 旬菜館	14:00~15:00 健康バンド	13:30~14:30 百歳体操	13:00~ お楽しみカラオケ
		太極拳 将棋	ヨガ 囲碁 ウクレレ	10:00~16:00 干し芋作り	10:00~16:00 立命館大学味覚検査	10:00~16:00 立命館大学味覚検査
12	13	14	15	16	17	18
10:00~16:00 立命館大学 味覚検査	休館日		9:00~ 旬菜館	14:00~15:00 健康バンド	13:30~14:30 百歳体操	
		太極拳 将棋 手話	健康体操 囲碁 よし笛 絵手紙	ハーモニカ はなみずき リメイク	囲碁 ギター	社交ダンス
19	20	21	22	②③	24	25
休館日	休館日		9:00~ 旬菜館	10:00~14:00 立命館大学 体力測定	13:30~14:30 百歳体操	
		将棋 太極拳	ウクレレ 健康体操 囲碁 ヨーガ	14:00~15:00 健康バンド	14:30~15:30 骨密度測定会	水彩画 社交ダンス
26	27	28	29	30		
いい風呂の日	休館日	13:00~15:00 俳句講座	9:00~ 旬菜館	14:00~15:00 健康バンド		
10:00~13:00 芋煮会			14:00~15:00 ロクハレク	10:00~12:00 こんにやく講座		
多目的ホール で遊ぼう		太極拳 将棋 手話	囲碁	ハーモニカ		



白抜き
赤字

- ←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。