



# 長寿の郷 ロクハ荘 12月のカレンダー



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		フレイル予防 連続講座	旬菜館	笑いの エクササイズ 編み物教室 短期集中 予防サービス 健康バンド	百歳体操	
		太極拳 将棋	健康体操 よし笛 囲碁		ギター 囲碁	社交ダンス
6	7	8	9	10	11	12
	休館日	英会話講座	クリスマス コンサート	短期集中 予防サービス	クリスマス リース作り	
		フレイル予防 連続講座	旬菜館	健康バンド	百歳体操	
		太極拳 将棋	ヨーガ 囲碁	はなみずき 水彩画 民踊	ピアノ 囲碁	社交ダンス 水彩画
13	14	15	16	17	18	19
	休館日	英会話講座	旬菜館	編み物教室 おうちパン 講座 短期集中 予防サービス 健康バンド	百歳体操	門松作り (ロクハ公園)
		太極拳 将棋	健康体操 よし笛 絵手紙(萩) 囲碁		ギター 囲碁	社交ダンス
20	21	22	23	24	25	26
休館日	休館日	臨時休館日	ゆず風呂	短期集中 予防サービス	百歳体操	風呂の日
			旬菜館	健康バンド		
		健康体操 ヨーガ 囲碁	水彩画 民踊	ピアノ 囲碁	水彩画 社交ダンス	
27	12/28 ~ 1/4 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

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。



2020/11/29現在