



長寿の郷 ロクハ荘10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 9:00~12:00 老ク連	2 14:00~15:00 健康バンド	3 13:30~14:30 百歳体操 14:00~15:30 ロクハ荘を飾ろう	4 くれよん活動日
			健康体操 よし笛 囲碁	リメイク ハーモニカ	ギター 囲碁	社交ダンス
5	6	7	8	9	10	11
	休館日	13:30~15:00 ロクハレク	お出迎え講座	14:00~15:00 健康バンド	13:30~14:30 百歳体操	13:00~15:00 お楽しみカラオケ
		10:30~12:00 編み会	パインアメの湯	10:30~12:00 編み会		
		将棋 手話	ウクレレ 囲碁 ヨーガ 絵手紙	水彩画	ピアノ 囲碁	水彩画 社交ダンス
12	13	14	15	16	17	18
10:00~15:00 緑化祭	多目的ホールで遊ぼう 10:30~12:00 編み会	休館日	10:00~12:00 eスポーツ体験講座	14:00~15:00 健康バンド	13:30~14:30 百歳体操	13:00~16:00 折り紙講座
	太極拳 将棋		健康体操 囲碁 よし笛 ウクレレ	リメイク ハーモニカ	ギター 囲碁	
19	20	21	22	23	24	25
休館日	休館日	13:30~15:00 ロクハレク	10:00~12:00 eスポーツ体験講座	14:00~15:00 健康バンド	ハロウィン風呂週間	
		10:00~12:00 編み会		13:30~14:30 百歳体操		
		将棋 手話	ウクレレ ヨーガ 囲碁	ハーモニカ 水彩画	ピアノ 囲碁	水彩画
26	27	28	29	30	31	
ハロウィン風呂 キンモクセイの湯	休館日	ハロウィン風呂週間				
10:00~12:00 編み会		14:00~15:30 脳活サロン	10:00~12:00 eスポーツ体験講座	14:00~15:00 健康バンド	14:00~15:00 百歳体操	
多目的ホールで遊ぼう		太極拳 将棋	10:00~12:00 編み会		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。

