



## 長寿の郷 ロクハ荘 3月のカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	休館日		旬菜館	笑いの エクササイズと リラクゼーション  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
7	8	9	10	11	12	13
	休館日		旬菜館	健康バンド  あすも	百歳体操	寄せ植え講座 (ロクハ公園)
		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	水彩画 社交ダンス
14	15	16	17	18	19	20
	休館日		旬菜館	健康バンド	百歳体操	
		太極拳 将棋	健康体操 よし笛 囲碁 絵手紙(萩)		ギター 囲碁	社交ダンス
21	22	23	24	25	26	27
休館日	休館日	赤ちゃんの 駅事業	旬菜館	健康バンド	風呂の日  百歳体操	
		太極拳 将棋	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
28	29	30	31			
	休館日	春休みパン教室 (なごみの郷)	旬菜館			
		太極拳 将棋	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

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。