

シニアプラザながしま 5月 イベント一覽

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | |
|----|----|----|---|---------|--------|---|----------------------|
| 5 | 6 | 7 | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| | | | 教室は1日2回! 午前10時~11時まで 午後15時~16時半まで みらいカフェ 15時~16時半まで (14時45分受付開始) 個別送迎も好評運行中! | 姿整美体操 | | | |
| | | | みらいケア | みらいケア | | | |
| | | | ← みらいカフェ → | | | | |
| 12 | 13 | 14 | 8 | 9 | 10 | 11 | |
| | | | 姿整美体操 | 金曜特別開催! | チェアヨガ | | |
| | | | みらいケア | みらいケア | みらいケア | みらいケア | みらいケア |
| | | | ← みらいカフェ → | | | | |
| 19 | 20 | 21 | 15 | 16 | 17 | 18 | |
| | | | 植屋先生の健康教室 | 姿整美体操 | 健康ケア教室 | | |
| | | | みらいケア | みらいケア | みらいケア | みらいケア | みらいケア |
| | | | ← みらいカフェ → | | | | |
| 26 | 27 | 28 | 22 | 23 | 24 | 25 | |
| | | | チェアヨガ | 姿整美体操 | 健康ケア教室 | | |
| | | | みらいケア | みらいケア | みらいケア | みらいケア | メンテナンスの為 みらいケアお休み |
| | | | ← みらいカフェ → | | | カフェ休み | |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |  | |
| | | | 植屋先生の健康教室 | 姿整美体操 | 健康ケア教室 | | |
| | | | みらいケア | みらいケア | みらいケア | | みらいケア |
| | | | ← みらいカフェ → | | | | |

詳細はお気軽にお問合せください。
(9:00~16:30)



0594-73-2110

回数券の返金・再発行は
できません