

シニアプラザながしま 9月イベント一覧

日	月	火	水	木	金	土
	1 植屋先生の 健康教室	2	3 姿整美体操	4	5 健康ケア教室	6
	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	みらいケア
	みらいカフェ					
7	8 チェアヨガ	9	10 姿整美体操	11	12 健康ケア教室	13
	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	みらいケア
	みらいカフェ					
14	15	16	17 姿整美体操	18	19 健康ケア教室	20
		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					
21	22 植屋先生の 健康教室	23	24 姿整美体操	25	26 健康ケア教室	27
	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		みらいカフェ			カフェ休み
28	29 チェアヨガ	30	午前10時～11時まで (9時40分受付開始) 午後15時～16時半まで (14時40分受付開始) みらいカフェ15時～16時半まで 			
	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