

シニアプラザながしま 11月イベント一覧

日	月	火	水	木	金	土
	 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 					1
						みらいケア
						みらいカフェ
2	3	4	5	6	7	8
			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				
9	10	11	12	13	14	15
	植屋先生の健康教室		姿整美体操		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	みらいケア
	みらいカフェ					
16	17	18	19	20	21	22
	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	みらいケア
	みらいカフェ					
23/30	24	25	26	27	28	29
			姿整美体操		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	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

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