

シニアプラザながしま 12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 植屋先生の 健康教室	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	みらいケア
	みらいカフェ					
21	22 チェアヨガ	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	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
28	29 年末清掃の為 お休み	30	31	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 		
	年末清掃の為 お休み					
	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