

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
1	2 植屋先生の 健康教室	3	4 姿整美体操	5	6	7
	みらいケア (マシン・温泉)		みらいケア (マシン・温泉)		みらいケア (マシン・温泉)	
	みらいカフェ	みらいカフェ				
8	9	10	11 姿整美体操	12	13	14
	みらいケア (マシン・温泉)		みらいケア (マシン・温泉)		みらいケア (マシン・温泉)	
	みらいカフェ					
15	16 植屋先生の 健康教室	17	18 姿整美体操	19	20	21
	みらいケア (マシン・温泉)		みらいケア (マシン・温泉)		みらいケア (マシン・温泉)	
	みらいカフェ					
22	23	24	25 姿整美体操	26	27	28
			みらいケア (マシン・温泉)		みらいケア (マシン・温泉)	
		みらいカフェ				カフェ休み
29	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 個別送迎も好評運行中！ 				
	みらいケア (マシン・温泉)					
	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