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