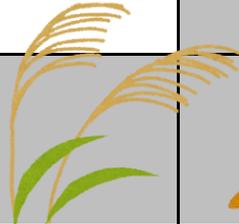


らくらす 10 月スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
2 	3 音楽療法 PM 音楽療法	4 健康体操	5 音楽療法②	6 DAM体操	7 	8 
9 祝日	10 休館日	11 音楽療法	12 骨の健康セミナー 雪印	13 口腔講座	14	15
16 休館日	17 健康体操 PM ポーリング	18 栄養講座	19 健康体操	20 音楽療法	21	22
23 休館日	24 秋の遠足 PM レク	25 秋の遠足	26 秋の遠足	27 秋の遠足	28	29
30 休館日	31 健康体操 PM 栄養講座	 <p>【問合せ先】 老人福祉センター 93-6907 (外山・近藤・阪野・蛸原) 火曜～金曜(9時から13時半)</p>				

らくらす 11 月スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
		1 健康体操	2 DAM体操	3 祝日 らくらす休み	4	5
6 休館日	7 音楽療法 PM 音楽療法	8 音楽療法	9 音楽療法②	10 栄養講座	11	12
13 休館日	14 健康体操 PM 脳トレ体操	15 口腔講座	16 健康体操	17 音楽療法	18	19
20 休館日	21 らくらす休み PMらくらす休み	22 らくらす休み	23 祝日 らくらす休み	24 らくらす休み	25	26 
27 休館日	28 お買い物 PM 介護予防体操	29 口コモ予防	30 口コモ予防			
31						