

11月のお知らせ



和室

12月分の和室申込 **11月2日(火)**から先着順受付

マッサージ

15分間椅子に座っての施術です。

実施予定日 **11月1日(月)・8日(月)・22日(月)** 各日10名

12月分のマッサージ抽選 **11月9日(火)** 午前9時30分

麻雀

毎日 午後1時～4時30分 **予約制** 定員:各日1組

12月分の麻雀抽選 **11月1日(月)** 午前9時30分

元気
向上!

リフレッシュ体操 - 若林素子先生監修 -

ビデオを見ながら、ストレッチ体操します。申込不要。

どこからでも出入り自由。

場所:広間 開催時間:午前10時～12時、午後1時～4時30分

※**11月19日(金)午後** (口から始める健康講座)

広間のリフレッシュ体操はありません。

お知らせ



○来館の際は、**マスクの着用、入館時の検温**をお願いします。

○麻雀・囲碁・将棋・卓球・和室のご利用は、**午後4時30分迄**です。

○お風呂・カラオケ・フランクストレッチング・カラム・なおちゃん体操・図書は
新型コロナウイルス感染抑止のため、当分の間**ご利用できません**。

ゆうゆうくらぶ洗足11月予定表

日	月	火	水	木	金	土
	1 12月分 麻雀抽選 マッサージ	2 12月分 和室申込開 始	3 文化の日	4	5	6
7	8 マッサージ	9 12月分 マッサージ 抽選	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19 口から始め る健康講座 (広間午後)	20
21	22 マッサージ	23 勤労感謝の日	24	25	26	27
28	29	30				

