

★こんにちは 陽寿苑です★

朝夕はめっきり冷え込んできておりますが、皆さんお変わりありませんか？
紅葉の艶やかな季節を迎えます！陽寿苑の苑庭も大変見応えがありますので、
どうぞ紅葉狩りにいらしてくださいね！

- ☆ 11/11(月) 麻雀入門教室④ 13:00～
- ☆ 11/13(水) リコーダーの会 10:00～11:00
- ☆ 11/13(水) 特別弁当『カレーライス』 500円 (×切 11/8)
- ☆ 11/26(火) コグニサイズ(脳トレ体操) 9:30～10:30 / 13:00～14:00

笑いの絶えない脳トレ体操！2つのことを同時にするよ！
午前・午後の2部制ですので、ご都合のいい時間を予約くださいね☆

- ☆ 11/29(金) 特別弁当『ハンバーグ弁当』 500円 (×切 11/26)
- ☆ 11/29(金) 陽寿苑大掃除

毎日実施 『健康体操』

10:45～11:15 / 14:00～14:30

どなたでも参加いただけます！

エアロビ体操＋脳トレクイズ＋ストレッチの3本立て！

どうぞお気軽に参加ください◎

