

2022年8月



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
31	1	2	3 なごみの会	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17 なごみの会	18	19	20
21	22	23 お薬相談会	24	25	26	27
28	29	30	31	1	2	3
4	5	**百歳体操 13:30~14:30 もしくは 15:00~16:00 (8月はお休みします。次回開催は9月2日です) **なごみの会 10:00~12:00 **てんぽ会 10時~ センター集合後、90分程度 (7・8月は気温上昇のためお休みします) ※お薬相談会 14:00~15:30				

東林なごみの会

和んだ雰囲気の中歌や体操等
行っています

参加費：200円



東林百歳体操

映像に合わせて、椅子に座り
体操を行います

参加費：20円



てんぽ会

東林周辺の自然の景色を
楽しみながらウォーキングします

90分程度、近隣を歩きます！

参加費：無料