



レンタルルーム (ふらっとルーム) 予定

	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
		配達あり			配達あり	定休日	定休日
AM	エンジョイエイジング (回想法・チェアヨガ) 9:45 ~ 12:45	うたべびま 10:00 ~ 10:40 親子ふれあいリトミック 10:45 ~ 11:30	リフレッシュヨガ 女性限定 10:00 ~ 11:00	はじめてのスマートフォン教室 10:00 ~ 11:00	思い出カフェ 10:00 ~ 11:00		
PM	ランチ 11:30 ~ 13:00 みやまえ塾 14:30 ~ 17:30	ランチ 11:30 ~ 13:00	ランチ 11:30 ~ 13:00 麻雀 13:30 ~ 15:30	ゆうじ蕎麦 11:30 ~ 13:00 みやまえスタディ 15:00 ~ 17:00 みやまえ食堂 17:00 ~ 19:00	みちひさ蕎麦 11:00 ~ 13:00 eスポーツ 16:00 ~ 20:00	休み	休み
	8	9	10	11	12	13	14
		配達あり			配達あり	定休日	定休日
AM	エンジョイエイジング (回想法・おたのしみ) 9:45 ~ 12:45	うたべびま 10:00 ~ 10:40 親子ふれあいリトミック 10:45 ~ 11:30		産後ヨガ&フィットネス 10:00 ~ 11:00			
PM	ランチ 11:30 ~ 13:00 みやマルシェ 12:00 ~ 14:00 歌声広場 13:00 ~ 14:00 みやまえ塾 14:30 ~ 17:30	ランチ 11:30 ~ 13:00	ランチ 11:30 ~ 13:00 麻雀 13:30 ~ 15:30	はるつね蕎麦 11:00 ~ 13:00	ランチ 11:30 ~ 13:00 eスポーツ 16:00 ~ 20:00	休み	休み
	15	16	17	18	19	20	21
		配達あり			配達あり	定休日	定休日
AM	エンジョイエイジング (回想法・かつぜつ亭) 9:45 ~ 12:45	うたべびま 10:00 ~ 10:40 親子ふれあいリトミック 10:45 ~ 11:30	ひとり親世帯&生活困窮者限定パントリー 10:00 ~ 10:30	はじめてのスマートフォン教室 10:00 ~ 11:00 ひとり親世帯&生活困窮者限定パントリー 10:00 ~ 10:30	思い出カフェ 10:00 ~ 11:00	エンジョイウォーク (山手クリスマス)	
PM	ランチ 11:30 ~ 13:00 みやまえ塾 (体験) 14:30 ~ 17:00 科学セミナー 17:00 ~ 18:00	ランチ 11:30 ~ 13:00 ひとり親世帯&生活困窮者限定パントリー 14:00 ~ 14:30	ランチ 11:30 ~ 13:00 麻雀 13:30 ~ 15:30	きみお蕎麦 11:00 ~ 13:00 みやまえスタディ 15:00 ~ 17:00 みやまえ食堂 17:00 ~ 19:00	ランチ 11:30 ~ 13:00 eスポーツ 16:00 ~ 20:00	休み	休み
	22	23	24	25	26	27	28
		配達あり			配達あり	定休日	定休日
AM	エンジョイエイジング (回想法・音楽) 9:45 ~ 12:45 ひとり親世帯&生活困窮者限定パントリー 10:00 ~ 11:00	うたべびま 10:00 ~ 10:40 親子ふれあいリトミック 10:45 ~ 11:30		産後ヨガ&フィットネス 10:00 ~ 11:00		防犯講話 10:00 ~	
PM	ランチ 11:30 ~ 13:00 ピアノコンサート 14:00 ~ 15:00 みやまえ塾 16:30 ~ 19:30	ランチ 11:30 ~ 13:00 読書会 13:00 ~ 14:30	ランチ 11:30 ~ 13:00 麻雀 13:30 ~ 15:30	クリスマスランチ 11:30 ~ 13:00 臨時ボランティア募集中!!	みちひさ蕎麦 11:00 ~ 13:00 eスポーツ 16:00 ~ 20:00	休み	休み
	29	30	31	<p>《 今月のテラス 》</p> <p>★ 予定が変更になる可能性もあります。最新情報は、HPや公式LINE等でご確認をお願い致します。</p> <p>★ 12/25 (水) のランチはクリスマスメニュー 1,000円となります。</p> <p>★ 年末年始のお休みは、12/27(金)～1/4(土)となります。</p> <p>1年間ご利用いただきありがとうございました♡ 来年もご愛顧のほどよろしくお願い致します!!</p>			
AM	休み	休み	休み				
PM	休み	休み	休み				

登録をお願いします!!

LINE



Facebook



Instagram

