

★こんにちは 陽寿苑です★

梅のつぼみがふくらみ、さわやかな香りが漂う陽寿苑です！

苑庭には梅の木がたくさんあります。ピンクや赤、白、鮮やかな庭に変身しますので、どうぞお散歩にいらしてください☆

- ☆ 3/12(水) リコーダーの会 10:00～11:00
- ☆ 3/14(金) 特別弁当『煮込みハンバーグ弁当』500円 (※切 3/11)
- ☆ 3/19(水) 体力測定 10:00～11:00

5項目の測定は健康の保持増進の目安になります。
相談員も来苑しますので、どうぞ気軽に参加ください。

- ☆ 3/25(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☆

- ☆ 3/25(火) 特別弁当『エビカツ弁当』500円 (※切 3/19)

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☺

