

2024年8月 Sunshine Tsukuba Resort Activity



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
※有料レクリエーションは月末の請求に含ませていただきます。 ※レクリエーションの予定等変更がある場合は都度お知らせ致します。 ※午前の健康体操は曜日によって場所が変わりますのでご注意ください。			1	2	3	4
			11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 14:30~ 脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	11:00~ 健康体操(2階) 14:30~ カラオケ ★シアタールーム	11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 午後 歌謡鑑賞 ★2階ホール	11:00~ 健康体操 (2階) 午後 歌謡鑑賞 ★2階ホール
5	6	7	8	9	10	11
11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 15:00~ DAM体操 ★1階シアタールーム	11:00~ 健康体操(2階) 14:30~ 脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	15:00~ DAM体操 ★1階シアタールーム	11:00~ シニアヨガ教室 (シアタールーム) 14:30~ 脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	11:00~ 健康体操(2階) 14:30~ カラオケ ★シアタールーム	11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 午後 歌謡鑑賞 ★2階ホール	11:00~ 健康体操 (2階) 午後 歌謡鑑賞 ★2階ホール
12	13	14	15	16	17	18
11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 15:00~ DAM体操 ★1階シアタールーム	11:00~ 健康体操(2階) 14:30~ 脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	15:00~ DAM体操 ★1階シアタールーム	11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 14:30~ 訪問販売 ★1階レストラン	11:00~ シニアヨガ教室 (2階) 14:30~ カラオケ ★シアタールーム	11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 午後 歌謡鑑賞 ★2階ホール	11:00~ 健康体操 (2階) 午後 歌謡鑑賞 ★2階ホール
19	20	21	22	23	24	25
11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 15:00~ DAM体操 ★1階シアタールーム	11:00~ 健康体操(2階) 14:30~ 脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	15:00~ DAM体操 ★1階シアタールーム	11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 14:30~ 脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	サンシャイン つくば リゾート 夏祭り	11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 午後 歌謡鑑賞 ★2階ホール	11:00~ 健康体操 (2階) 午後 歌謡鑑賞 ★2階ホール
26	27	28	29	30	31	
11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 15:00~ DAM体操 ★1階シアタールーム	11:00~ 健康体操(2階) 14:30~ 脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	15:00~ DAM体操 ★1階シアタールーム	11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 14:30~ 脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	11:00~ 健康体操(2階) 14:30~ カラオケ ★シアタールーム	11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 午後 歌謡鑑賞 ★2階ホール	※訪問販売は毎月第3木曜日を 予定していますが、変更がある 場合は都度お知らせ致します。