トラストガーデン宝塚月間予定表2024年3月

日	月	火	水	木	金	土
移動スーパー とくし丸 水曜日12:30～					1 漢字脳トレ 13:30～ 15:30～	2 健康相談（心） カラオケ パン屋11:30～
3 シネマサロン ひな祭り 「甘酒とひなあられ」 14時～15時	4 フィットネス ピラティス リズム体操 16:00～ クリーニング	5 リラックスヨガ 理・美容	6 健康体操 健康相談 パン屋11:30～ とくし丸12:30～	7 詩吟の会 コープ配達日 買物バス(コーナン) 15便運休 阪急スイーツ12:30～ 卓球 クリーニング	8 フィットネス ボッチャ 11:00～ 13:30～	9 カラオケ パン屋11:30～
10 シネマサロン 健康麻雀	11 フィットネス ピラティス 絵手紙の会 クリーニング	12 理・美容 エイジングケア セミナー 14時～　集会室	13 健康体操 歌う会 健康相談 パン屋11:30～ とくし丸12:30～	14 コープ配達日 エレベーター点検 卓球 クリーニング	15 フィットネス 漢字脳トレ 13:30～ 15:30～	16 健康相談（心） 健康測定会 カラオケ パン屋11:30～
17 シネマサロン	18 フィットネス ピラティス リズム体操 16:00～ クリーニング	19 リラックスヨガ 理・美容	20 春分の日 健康体操 健康相談　10時～ 大浴場休止日 メガネの三城 パン屋11:30～	21 詩吟の会 コープ配達日 卓球 クリーニング	22 フィットネス ボッチャ 11:00～ 13:30～ 食事検討会	23 カラオケ パン屋11:30～
24 シネマサロン 健康麻雀 31 シネマサロン	25 フィットネス ピラティス リズム体操 16:00～ クリーニング	26 リラックスヨガ	27 健康体操 歌う会 健康相談 パン屋11:30～ とくし丸12:30～	28 コープ配達日 フラワーアレンジメント 卓球 クリーニング	29 フィットネス 川柳の会	30 カラオケ パン屋11:30～

ピラティス	リラックスヨガ	健康体操	卓　球	カラオケ	シネマサロン
【基本開催日時】 毎週月曜日 14:00～14:45 集会室	【基本開催日時】 毎週火曜日 13:30～14:30 集会室	【基本開催日時】 毎週水曜日 15:00～15:45 集会室	【基本開催日時】 毎週木曜日 13:30～15:00 集会室	【基本開催日時】 毎週土曜日 14:00～16:00 ホール丘	【基本開催日時】 毎週日曜日 13:15～15:30 集会室

歌う会	詩吟の会	健康麻雀	フラワーアレンジメント	絵手紙の会	川柳の会
【基本開催日時】 第2・第4水曜日 10:00～11:00 集会室	【基本開催日時】 第1・第3木曜日 13:45～15:00 ホール丘	【基本開催日時】 日曜日隔週 13:30～ ホール丘	【基本開催日時】 第4木曜日 13:30～15:00 ホール丘	【基本開催日時】 第1金曜日 13:30～15:00 ホール丘	【基本開催日時】 最終金曜日 13:30～15:00 ホール丘

3月イベント食の予定
3/1(金)　夕食　初月の宴
3/8(金)　夕食　お造り5種と山菜の天ぷら
3/11(月)　夕食　ビーフストロガノフ
3/23(土)　夕食　コネクトメニュー旬菜膳
3/27(水)　夕食　海鮮陶板焼き

毎週月曜日
買物代行日

前週の金曜日までに
依頼書をご提出ください。