

2026年6月

Sunshine Tsukuba Resort Activity



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
<p>Happy Father's Day お父さんありがとう</p>	<p>1</p> <p>11:00~ 健康体操(2F) 15:00~ 橋本PTによる体操 ★2Fホール</p>	<p>2</p> <p>11:00~ 健康体操(2F) 15:00~ DAM体操 ★シアタールーム</p>	<p>3</p> <p>11:00~ 健康体操(2F) 14:30~ カラオケ ★シアタールーム</p>	<p>4</p> <p>11:00~ 健康体操(2F) 15:00~ 柿沼OTによる体操 ★2Fホール ヤクルト 13:45~</p>	<p>5</p> <p>11:00~ 健康体操(2F) 15:00~ 柿沼OTによる体操 ★2Fホール</p>	<p>6</p> <p>11:00~ 健康体操(2F) 14:30~ 体を動かすゲーム ★2Fホール</p>
	<p>7</p> <p>のんびりテイ</p> <p>イベント等を設けなため ご自由にお過ごし下さい。</p>	<p>8</p> <p>11:00~ 健康体操(2F) 14:00~ フルート演奏会 屋外</p>	<p>9</p> <p>11:00~ 健康体操(2F) 15:00~ DAM体操 ★シアタールーム</p>	<p>10</p> <p>11:00~ 健康体操(2F) 14:00~ シニアヨガ (希望者のみ¥500) ★パーソナルジム</p>	<p>11</p> <p>11:00~ 健康体操(2F) 15:00~ 柿沼OTによる体操 ★2Fホール ヤクルト 13:45~</p>	<p>12</p> <p>11:00~ 健康体操(2F) 15:00~ 柿沼OTによる体操 ★2Fホール</p>
<p>14</p> <p>のんびりテイ</p> <p>イベント等を設けなため ご自由にお過ごし下さい。</p>	<p>15</p> <p>11:00~ 健康体操(2F) 15:00~ 橋本PTによる体操 ★2Fホール</p>	<p>16</p> <p>11:00~ 健康体操(2F) 15:00~ DAM体操 ★シアタールーム</p>	<p>17</p> <p>11:00~ 健康体操(2F) 14:30~ カラオケ ★シアタールーム</p>	<p>18</p> <p>11:00~ 健康体操(2F) 15:00~ 柿沼OTによる体操 ★2Fホール ヤクルト 13:45~</p>	<p>19</p> <p>11:00~ 健康体操(2F) 15:00~ 柿沼OTによる体操 ★2Fホール</p>	<p>20</p> <p>11:00~ 健康体操(2F) 14:30~ 体を動かすゲーム ★2Fホール</p>
<p>21</p> <p>のんびりテイ</p> <p>イベント等を設けなため ご自由にお過ごし下さい。</p>	<p>22</p> <p>11:00~ 健康体操(2F) 13:30~ 津軽三味線演奏会 1Fレストラン</p>	<p>23</p> <p>11:00~ 健康体操(2F) 15:00~ DAM体操 ★シアタールーム</p>	<p>24</p> <p>11:00~ 健康体操(2F) 14:00~ シニアヨガ (希望者のみ¥500) ★パーソナルジム</p>	<p>25</p> <p>11:00~ 健康体操(2F) 15:00~ 橋本PTによる体操 ★2Fホール ヤクルト 13:45~</p>	<p>26</p> <p>11:00~ 健康体操(2F) 14:30~ 脳トレorゲームor散歩 ★2Fホール</p>	<p>27</p> <p>11:00~ 健康体操(2F) 14:30~ コーラスくらぶ ★2Fホール</p>
<p>28</p> <p>のんびりテイ</p> <p>イベント等を設けなため ご自由にお過ごし下さい。</p>	<p>29</p> <p>11:00~ 健康体操(2F) 15:00~ 橋本PTによる体操 ★2Fホール</p>	<p>30</p> <p>11:00~ 健康体操(2F) 15:00~ DAM体操 ★シアタールーム</p>			<p>※有料レクリエーションは月末の請求に含ませて頂きます。 ※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。 ★【のんびりテイ】につきましては、イベント等を設けなため、居室、2Fホール、5Fラウンジなどをご自由にお過ごし下さい。</p>	