

2026年8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
※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。						1 11:00～ 健康体操(2F) 14:30～ 体を動かすゲーム ★2Fホール
2	3	4	5	6	7	8
のんびりデイ イベント等を設けないため ご自由にお過ごし下さい	11:00～ 健康体操(2F) 14:30～ テーブルゲーム ★2Fホール	11:00～ 健康体操(2F) 15:00～ DAM体操 ★シアタールーム	11:00～ 健康体操(2F) 14:00～ シニアヨガ (希望者のみ有料) ★パーソナルジム	11:00～ 健康体操(2F) 14:30～ カラオケ ★シアタールーム ヤクルト 13:45～ 	11:00～ 健康体操(2F) 15:00～ DAM体操 ★シアタールーム	11:00～ 健康体操(2F) 14:30～ 訪問販売 ★1Fレストラン
9	10	11	12	13	14	15
のんびりデイ イベント等を設けないため ご自由にお過ごし下さい	11:00～ 健康体操(2F) 14:30～ カラオケ ★シアタールーム	11:00～ 健康体操(2F) 15:00～ DAM体操 ★シアタールーム	11:00～ 健康体操(2F) 14:00～ シニアヨガ (希望者のみ有料) ★パーソナルジム	11:00～ 健康体操(2F) 14:30～ テーブルゲーム ★2Fホール ヤクルト 13:45～ 	11:00～ 健康体操(2F) 15:00～ DAM体操 ★シアタールーム	11:00～ 健康体操(2F) 14:30～ 盆踊り練習 ★2Fホール
16	17	18	19	20	21	22
のんびりデイ イベント等を設けないため ご自由にお過ごし下さい	11:00～ 健康体操(2F) 14:30～ 盆踊り練習 ★2Fホール	11:00～ 健康体操(2F) 14:30～ 筆ペンアート ★2Fホール 	11:00～ 健康体操(2F) 14:30～ 盆踊り練習 ★2Fホール	11:00～ 健康体操(2F) 14:30～ 盆踊り練習 ★2Fホール ヤクルト 13:45～ 	11:00～ 健康体操(2F) 15:00～ DAM体操 ★シアタールーム	11:00～ 健康体操(2F) 14:30～ 盆踊り練習 ★2Fホール
23	24	25	26	27	28	29
のんびりデイ イベント等を設けないため ご自由にお過ごし下さい	11:00～ 健康体操(2F) 14:30～ カラオケ ★シアタールーム	11:00～ 健康体操(2F) 15:00～ DAM体操 ★シアタールーム	 夏祭り ★1Fレストラン	11:00～ 健康体操(2F) 14:30～ テーブルゲーム ★2Fホール ヤクルト 13:45～ 	11:00～ 健康体操(2F) 15:00～ DAM体操 ★シアタールーム	11:00～ 健康体操(2F) 14:30～ 体を動かすゲーム ★2Fホール
30	31					
のんびりデイ イベント等を設けないため ご自由にお過ごし下さい	11:00～ 健康体操(2F) 14:30～ カラオケ ★シアタールーム					

