



# 令和4年9月 予定表



シルバーシティ武蔵境

1	木	シルバーシティ武蔵境 開設34周年 記念特別昼食 14:00~まとはゆう開設記念コンサート		16	金	椅子に座ってエアロ (4階) 14:00	
2	金	椅子に座ってエアロ (4階) 14:00		17	土	まとはゆう音楽会 (4階) 14:00	
3	土	まとはゆう音楽会 (4階) 14:00		18	日	DVD鑑賞会 13:30 (4階)	
4	日	DVD鑑賞会 13:30 (4階)		19	月	敬老の日特別食	敬老の日コンサート 14:00
5	月	音楽クラブ (4階) 14:00		20	火	やさしいヨガ (4階) 14:00	
6	火	やさしいヨガ (4階) 14:00		21	水	おどりストレッチ (4階) 14:00	理美容
7	水	おどりストレッチ (4階) 14:00	理美容	22	木	書道 (4階) 14:00	
8	木	書道 (4階) 14:00		23	金	秋分の日	歌謡体操 14:00 (4階)
9	金	椅子に座ってエアロ (4階) 14:00		24	土	カラオケ14:00 (4階)	
10	土	まとはゆう音楽会 (4階) 14:00		25	日	脳トレ(4階) 14:00	
11	日	お誕生日御膳	DVD鑑賞会 13:30 (4階)	26	月	風呂の日	音楽クラブ (4階) 14:00
12	月	音楽クラブ (4階) 14:00		27	火	秋祭り!	
13	火	やさしいヨガ (4階) 14:00		28	水	DVD鑑賞会 13:30 (4階)	
14	水	歌謡体操 14:00 (4階)		29	木	カラオケ14:00 (4階)	
15	木	書道 (4階) 14:00		30	金	椅子に座ってエアロ (4階) 14:00	