

§ シルバーシティ武蔵境 令和4年12月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				お誕生日御膳 14:00 書道	14:00椅子に座ってエアロ	14:00 まとばゆう音楽会
4	5	6	7	8	9	10
13:30 DVD鑑賞会	14:00 音楽クラブ	14:00 やさしいヨガ	14:00 歌謡体操 理美容	14:00 カラオケ	14:00椅子に座ってエアロ	14:00 まとばゆう音楽会
11	12	13	14	15	16	17
料理長おすすめの日 13:30 DVD鑑賞会	14:00 音楽クラブ	14:00 やさしいヨガ	14:00 歌謡体操	14:00 書道	14:00椅子に座ってエアロ	14:00 まとばゆう音楽会
18	19	20	21	22	23	24
10:00 運営懇談会 14:00壺焼き芋イベント	14:00 音楽クラブ	14:00 やさしいヨガ	14:00 歌謡体操 理美容	14:00 カラオケ	14:00椅子に座ってエアロ	クリスマス 14:00 コンサート 17:00 Xmasディナー
25	26	27	28	29	30	31
13:30 DVD鑑賞会	14:00 音楽クラブ	14:00 やさしいヨガ	14:00 歌謡体操	14:00 カラオケ	10:30 もちつき 14:30椅子に座ってエアロ	大晦日 14:00 大晦日コンサート 17:00 年越しそば