

§ シルバーシティむさしの櫛館

令和5年2月 月間予定表

§

日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	1	2	3	4
			9:30 シルバー体操 14:00 健康体操と脳トレーニング	9:30 シルバー体操 14:00 KOKOの会	9:30 シルバー体操 14:00 節分(豆まき)	9:30 シルバー体操 14:00 カラオケサークル
5	6	7	8	9	10	11 建国記念日
9:30 シルバー体操 14:00 まとばゆう音楽会	9:30 シルバー体操 14:00 書道サークル	9:30 シルバー体操	9:30 シルバー体操 9:30 ディチャーム(理美容) 14:00 健康体操と脳トレーニング	9:30 シルバー体操 14:00 KOKOの会	9:30 シルバー体操 14:00 ミニスポーツサークル	9:30 シルバー体操 昼食 シェフのおすすめ料理 14:00 カラオケサークル
12	13	14	15	16	17	18
9:30 シルバー体操 14:00 お楽しみ上映会	9:30 シルバー体操 14:00 まとばゆう音楽会	9:30 シルバー体操 14:00 ピアノコンサート 15:00 スイーツラウンジ	9:30 シルバー体操 14:00 健康体操と脳トレーニング	9:30 シルバー体操 14:00 KOKOの会	9:30 シルバー体操 14:00 お楽しみ上映会	9:30 シルバー体操 9:30 ディチャーム(理美容) 14:00 カラオケサークル
19	20	21	22	23 天皇誕生日	24	25
9:30 シルバー体操 14:00 まとばゆう音楽会	9:30 シルバー体操 14:00 書道サークル	9:30 シルバー体操 14:00 頭の体操	9:30 シルバー体操 14:00 健康体操と脳トレーニング	9:30 シルバー体操 昼食 特別食 14:00 KOKOの会	9:30 シルバー体操 14:00 お楽しみ上映会	9:30 シルバー体操 14:00 カラオケサークル
26	27	28	1	2	3	4
9:30 シルバー体操	9:30 シルバー体操 14:00 お話の部屋	9:30 シルバー体操 14:00 まとばゆう音楽会				