

§ シルバーシティ武蔵境 令和5年3月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			14:00 歌謡体操 理美容	14:00 書道	ひな祭り特別食 14:00桃の節句イベント	14:00 まとばゆう音楽会
5	6	7	8	9	10	11
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	14:00椅子に座ってエアロ	14:00 まとばゆう音楽会
12	13	14	15	16	17	18
お誕生日御膳 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 書道	14:00椅子に座ってエアロ	14:00 歌謡体操
19	20	21	22	23	24	25
13:30 DVD鑑賞会	14:00 音楽クラブ	春分の日 料理長おすすめの日 14:00 やさしいヨガ	14:00 歌謡体操	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
26	27	28	29	30	31	
10:00 運営懇談会 13:30 DVD鑑賞会	14:00 音楽クラブ	14:00 やさしいヨガ	14:00 まとばゆう音楽会	14:00 カラオケ	14:00椅子に座ってエアロ	