

§ シルバーシティむさしの櫓館

令和5年5月 月間予定表 §

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