

§ シルバーシティ武蔵境 令和5年7月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
						1
						14:00 まとばゆう音楽会
2	3	4	5	6	7	8
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	七夕 特別食 14:00 セタイベント	14:00 まとばゆう音楽会
9	10	11	12	13	14	15
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
16	17	18	19	20	21	22
13:30 DVD鑑賞会	海の日 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 まとばゆう音楽会
23	24	25	26	27	28	29
13:30 DVD鑑賞会	14:00 音楽クラブ	14:00 やさしいヨガ	14:00 紙芝居 風呂の日	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
30	31					
料理長おすすめの日 13:30 DVD鑑賞会	14:00 音楽クラブ					