

§ シルバーシティ武蔵境 令和5年8月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		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
6	7	8	9	10	11	12
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	山の日 10:30-15:30 納涼祭	14:00 まとばゆう音楽会
13	14	15	16	17	18	19
13:30 DVD鑑賞会	14:00 音楽クラブ	14:00 紙芝居	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
20	21	22	23	24	25	26
特別食 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 風呂の日
27	28	29	30	31		
13:30 DVD鑑賞会	14:00 音楽クラブ	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		