

§ シルバーシティ石神井北館 令和5年 8月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
					山の日 10:00 民謡サークル 14:00 心のバリアフリー コンサート	10:00 書道教室 14:00 カラオケ
13	14	15	16	17	18	19
10:00まとはゆう音楽会	10:00 絵手紙教室	10:00 KOKOの会	納涼祭	10:00 リリムジカ	10:00 民謡サークル 14:00 心のバリアフリー コンサート	井物の日 14:00 カラオケ
20	21	22	23	24	25	26
10:00まとはゆう音楽会 13:30 囲碁教室	14:00リズム&ストレッチ	10:00 KOKOの会 いたや歯科クリニック 14:00 お楽しみ上映会	10:00 リリムジカ 14:00 座ってヨガ	10:00 コーラス教室 11:00フットマッサージ 料理長お勧めメニュー夕食	14:00 心のバリアフリー コンサート	14:00 カラオケ
27	28	29	30	31		
10:00まとはゆう音楽会 西瓜割り	14:00リズム&ストレッチ	いたや歯科クリニック 14:00 KOKOの会 音楽コンサート	14:00 座ってヨガ	10:00 コーラス教室		