

§ シルバーシティ石神井北館 令和5年 9月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					14:00 心のバリアフリー コンサート	14:00 カラオケ
3	4	5	6	7	8	9
10:00まとはやう音楽会	10:00 絵手紙教室 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 井物の日	10:00 民謡サークル へアクリーン倶楽部 14:00 心のバリアフリー コンサート	14:00 カラオケ
10	11	12	13	14	15	16
10:00まとはやう音楽会 13:30 囲碁教室	10:00 絵手紙教室 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	10:00 リリムジカ 14:00 お買い物サロン 14:00 座ってヨガ		10:00 お楽しみ会 14:00 心のバリアフリー コンサート	14:00 カラオケ
17	18	19	20	21	22	23
10:00まとはやう音楽会 13:30 囲碁教室	敬老の日 特別食・昼食	10:00 KOKOの会 いたや歯科クリニック	10:00 リリムジカ 14:00 座ってヨガ	10:00 コーラス教室	10:00 民謡サークル 14:00 心のバリアフリー コンサート	秋分の日 14:00 カラオケ
24	25	26	27	28	29	30
お客様懇談会 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	10:00まとはやう音楽会	14:00 カラオケ