

§ シルバーシティむさしの櫛館

令和6年2月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				9:30 シルバー体操 14:00 KOKOの会	9:30 シルバー体操 14:00 お楽しみ上映会	9:30 シルバー体操 昼食 特別食 14:00 節分・豆まき
4	5	6	7	8	9	10
9:30 シルバー体操 14:00 まとばゆう音楽会	9:30 シルバー体操	9:30 シルバー体操 14:00 カラオケサークル	9:30 シルバー体操 14:00 健康体操と脳トレーニング	9:30 シルバー体操 14:00 KOKOの会	9:30 シルバー体操 14:00 椅子YOGA	9:30 シルバー体操 14:00 折り紙の部屋
11 建国記念の日	12 振替休日	13	14	15	16	17
9:30 シルバー体操 14:00 カラオケサークル	9:30 シルバー体操 14:00 まとばゆう音楽会	9:30 シルバー体操 14:00 書道	9:30 シルバー体操 9:30 ディチャーム(理美容) 14:30 バレンタインデー	9:30 シルバー体操 14:00 KOKOの会	9:30 シルバー体操 14:00 お楽しみ上映会	9:30 シルバー体操 9:30 ディチャーム(理美容) 14:00 民謡サークル
18	19	20	21	22	23 天皇誕生日	24
9:30 シルバー体操 14:00 まとばゆう音楽会	9:30 シルバー体操 14:00 カラオケサークル	9:30 シルバー体操 14:00 ミニスポーツサークル	9:30 シルバー体操 14:00 健康体操と脳トレーニング	9:30 シルバー体操 14:00 KOKOの会	9:30 シルバー体操 昼食 シェフのおすすめ料理	9:30 シルバー体操 14:00 お楽しみ上映会
25	26	27	28	29		
9:30 シルバー体操 14:00 カラオケサークル	9:30 シルバー体操 14:00 書道	9:30 シルバー体操 14:00 まとばゆう音楽会	9:30 シルバー体操 14:00 健康体操と脳トレーニング	9:30 シルバー体操 14:00 KOKOの会		