

§ シルバーシティ武蔵境 令和6年5月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			10:30 うめぼし体操 14:00 歌謡体操 理美容	10:30 うめぼし体操 14:00 カラオケ	憲法記念日 10:30 うめぼし体操 14:00 椅子に座ってエアロ	みどりの日 10:30 うめぼし体操 14:00 まとばゆう音楽会
5	6	7	8	9	10	11
こどもの日 10:30 うめぼし体操 14:00 端午の節句イベント	振替休日 10:30 うめぼし体操 14:00 音楽クラブ	10:30 うめぼし体操 14:00 やさしいヨガ	10:30 うめぼし体操 14:00 歌謡体操	10:30 うめぼし体操 14:00 カラオケ	10:30 うめぼし体操 14:00 椅子に座ってエアロ	10:30 うめぼし体操 14:00 まとばゆう音楽会
12	13	14	15	16	17	18
10:30 うめぼし体操 14:00 母の日イベント	10:30 うめぼし体操 14:00 音楽クラブ	10:30 うめぼし体操 14:00 やさしいヨガ	10:30 うめぼし体操 14:00 歌謡体操 理美容	10:30 うめぼし体操 14:00 書道サークル	10:30 うめぼし体操 14:00 椅子に座ってエアロ	10:30 うめぼし体操 14:00 まとばゆう音楽会
19	20	21	22	23	24	25
10:30 うめぼし体操 13:30 DVD鑑賞会	10:30 うめぼし体操 14:00 音楽クラブ	10:30 うめぼし体操 14:00 やさしいヨガ	10:30 うめぼし体操 14:00 お買い物サロン	10:30 うめぼし体操 14:00 カラオケ	10:30 うめぼし体操 14:00 椅子に座ってエアロ	10:30 うめぼし体操 14:00 まとばゆう音楽会
26	27	28	29	30	31	
10:00 運営懇談会 13:30 DVD鑑賞会	10:30 うめぼし体操 14:00 音楽クラブ	10:30 うめぼし体操 14:00 やさしいヨガ	10:30 うめぼし体操 14:00 歌謡体操	10:30 うめぼし体操 14:00 カラオケ	10:30 うめぼし体操 14:00 椅子に座ってエアロ	