

§ シルバーシティ哲学堂 令和6年6月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
						1
						14：15～15：00 音楽の集い
2	3	4	5	6	7	8
17：30～ お誕生会	14：15～15：00 イスに座ってヨガ	9：30～ マッサージ（有料） 14：15～15：00 大人の塗り絵	14：15～15：00 ふれあいコーラス	14：00～ 爪ケア（有料） 14：15～15：00 エアロ＆ストレッチ	9：30～マッサージ（有料） 13：00～爪ケア（有料） 14：15～15：15 KOKOの会	14：15～15：00 音楽の集い
9	10	11	12	13	14	15
	14：15～15：00 イスに座ってヨガ	9：30～ マッサージ（有料） 14：15～15：00 音楽リズム体操	13：00～ フットケア（有料） 14：15～15：00 器 楽	14：00～ 爪ケア（有料） 14：15～15：00 エアロ＆ストレッチ	9：30～ マッサージ（有料） 10：15～11：00 マジッククラブ	14：15～15：00 音楽の集い
16	17	18	19	20	21	22
10:15～ 入居者懇談会 14：15～15：00 うたごえ喫茶	14：15～15：00 イスに座ってヨガ	9：30～ マッサージ（有料） 14：15～15：00 書 道	10：00～ 移動美容室 14：15～15：00 ピアノコンサート	14：00～ 爪ケア（有料） 14：15～15：00 エアロ＆ストレッチ	9：30～ マッサージ（有料） 14：15～15：15 KOKOの会	13：30～ 定期健康チェック 14：15～15：00 音楽の集い
23	24	25	26	27	28	29
10：15～11：00 絵画を見てお話する会	14：15～15：00 イスに座ってヨガ	9：30～ マッサージ（有料）	13：00～ フットケア（有料） 14：15～15：00 フルート二重奏	14：15～15：00 水彩画教室	9：30～ マッサージ（有料） 14：15～15：15 KOKOの会	
30						
14：00～15：00 ボイストレーニング						