

§ シルバーシティむさしの櫛館

令和6年10月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
		1 開設記念日	2	3	4	5
		10:00 まぐろ解体ショー 昼食 特別食 14:00 江戸芸 かっぱれ	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 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 14:00 民謡サークル
6	7	8	9	10	11	12
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 午前 全社一斉防災訓練 14:00 健康体操と脳トレーニング	9:30 シルバー体操 9:30 訪問理美容	9:30 シルバー体操 14:00 KOKOの会	午前 運動会 14:00 椅子YOGA	9:30 シルバー体操 14:00 カラオケサークル
13	14 スポーツの日	15	16	17	18	19
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 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 お話の部屋	9:30 シルバー体操 14:00 KOKOの会	9:30 シルバー体操 14:00 健康ボイストレーニング	9:30 シルバー体操 9:30 訪問理美容 14:00 民謡サークル
20 秋分の日	21	22	23	24	25	26
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 健康体操と脳トレーニング	9:30 シルバー体操 14:00 書道サークル	10:00 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 お楽しみ上映会
27	28	29	30	31		
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 頭の体操	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 お楽しみ上映会	9:30 シルバー体操 14:00 KOKOの会		