

§ シルバーシティ石神井北館 令和7年 2月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
						1
						14:00 和やかコンサート
2	3	4	5	6	7	8
10:00まとはばゆう音楽会	10:00 絵手紙教室 節分特別食・昼 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 10:00フットマッサージ 14:00 座ってエクササイズ	14:00 心のバリアフリー コンサート	14:00 カラオケ
9	10	11	12	13	14	15
10:00まとはばゆう音楽会 13:30 囲碁教室	10:00 絵手紙教室 14:00 リズム&ストレッチ	建国記念の日 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	14:00 座ってエクササイズ	10:00 民謡サークル ヘアクリーン倶楽部 料理長お勧めメニュー・昼 14:00 心のバリアフリーコンサート	14:00 和やかコンサート
16	17	18	19	20	21	22
10:00まとはばゆう音楽会 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	10:00 リリムジカ 14:00 座ってヨガ	10:00 コーラス教室 14:00 座ってエクササイズ	14:00 心のバリアフリー コンサート	14:00 マリンバコンサート
23	24	25	26	27	28	
天皇誕生日 10:00まとはばゆう音楽会 13:30 囲碁教室	振替休日	10:00 KOKOの会 いたや歯科クリニック 14:00 フルート,ピアノ コンサート	10:00 リリムジカ 14:00 座ってヨガ	10:00 コーラス教室 14:00 ボイストレーニング	10:00 民謡サークル 14:00 心のバリアフリー コンサート	