

§ シルバーシティむさしの櫛館

令和7年5月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	1	2	3 憲法記念日
				9:30 シルバー体操 14:00 KOKOの会	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 民謡サークル
4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	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 昼食 特別食 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	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 お楽しみ上映会
11	12	13	14	15	16	17
9:30 シルバー体操 14:00 カラオケサークル 母の日	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 9:30 訪問理美容 14:00 アロマヨガ	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
18	19	20	21	22	23	24
9:30 シルバー体操 昼食 シェフのおすすめ料理 14:00 まとばゆう音楽会	9:30 シルバー体操 14:00 マジックショー	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 カラオケサークル
25	26	27	28	29	30	31
9:30 シルバー体操 14:00 折り紙の部屋	9:30 シルバー体操 14:00 頭の体操	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	10:00 シルバー体操 14:00 KOKOの会	9:30 シルバー体操	9:30 シルバー体操 14:00 お楽しみ上映会