

§ シルバーシティ武蔵野 令和8年1月 月間予定表 §

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|------------------------------|---------------------------|---|------------------|-------------------------------------|----------------------|---------------------------------|
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| | | | | 武蔵野体操 初詣 お正月特別食 | 武蔵野体操 特別食 新春歌会 | パタカラ体操 新春ヨガはじめ 特別食 書初め |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| パタカラ体操 獅子舞イベント 武蔵野シアター | 武蔵野体操 ピアノDEジャズ | 武蔵野体操 みんなDEエアロ まとばゆうコンサート | パタカラ体操 KOKOの会 | 武蔵野体操 訪問ヘアサロン エアロDEリフレッシュ | 武蔵野体操 ボディメイクヨガ | パタカラ体操 書道 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 武蔵野体操 アートサロン | パタカラ体操 ピアノDEジャズ | 武蔵野体操 みんなDEエアロ 元気の出る歌の会 | 武蔵野体操 KOKOの会 | パタカラ体操 IECRUレクリエーション | 武蔵野体操 ボディメイクヨガ | 武蔵野体操 書道教室 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 武蔵野体操 座ってフラダンス | パタカラ体操 ピアノDEジャズ | 武蔵野体操 みんなDEエアロ リクエストランチ まとばゆうコンサート | パタカラ体操 KOKOの会 | 武蔵野体操 エアロDEリフレッシュ | 武蔵野体操 ボディメイクヨガ | パタカラ体操 訪問美容室 書道 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
| 武蔵野体操 フルートピアノコンサート | 武蔵野体操 訪問理容 ピアノDEジャズ | パタカラ体操 みんなDEエアロ 元気の出る歌の会 | 武蔵野体操 KOKOの会 | 武蔵野体操 フラワーアレンジメント エアロDEリフレッシュ | パタカラ体操 ボディメイクヨガ | 武蔵野体操 書道 |