

§ シルバーシティ石神井北館 令和8年 5月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					10:00 民謡サークル 14:00 心のバリアフリー コンサート	14:00 アフタヌーン コンサート
3	4	5	6	7	8	9
憲法記念日 10:00まとはゆう音楽会	みどりの日 10:00 絵手紙教室 14:00 KOKOの会	こどもの日 10:00 KOKOの会 特別食・昼食 14:00 お楽しみ上映会	振替休日 10:00 書道教室 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 いたや歯科クリニック 14:00 ボクササイズ	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
10	11	12	13	14	15	16
10:00まとはゆう音楽会 13:30 囲碁教室	14:00 KOKOの会	10:00 KOKOの会 いたや歯科クリニック	10:00 リズム体操 14:00 座ってヨガ	14:00 ボクササイズ	10:00 民謡サークル 14:00 心のバリアフリー コンサート	14:00 アフタヌーン コンサート
17	18	19	20	21	22	23
10:00まとはゆう音楽会 13:30 囲碁教室	10:00 絵手紙教室 14:00 KOKOの会	10:00 KOKOの会 いたや歯科クリニック	10:00 書道教室 14:00 座ってヨガ	10:00 コーラス教室 14:00 ボクササイズ	14:00 心のバリアフリー コンサート	料理長お勧めメニュー・昼食 14:00 和やかコンサート
24	25	26	27	28	29	30
10:00まとはゆう音楽会 13:30 囲碁教室	14:00 KOKOの会	10:00 KOKOの会 いたや歯科クリニック 14:00 フルーツ,ピアノ コンサート	10:00 リズム体操 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		
31						
10:00まとはゆう音楽会 13:30 囲碁教室						