

§ シルバーシティむさしの櫛館

令和8年5月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	1	2
					9:30 シルバー体操 14:00 集団リハビリ(PT)	9:30 シルバー体操 14:00 民謡サークル
3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7	8	9
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 昼食 特別食 14:00 カラオケサークル 15:00 集団リハビリ(ST)	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 14:00 集団リハビリ(PT)	9:30 シルバー体操 14:00 フラワーアレンジメント
10	11	12	13	14	15	16
9:30 シルバー体操 14:00 お買い物イベント	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 カラオケサークル 15:00 集団リハビリ(ST)	9:30 シルバー体操 14:00 ピアノ演奏会	9:30 シルバー体操 14:00 KOKOの会	9:30 シルバー体操 14:00 集団リハビリ(PT)	9:30 シルバー体操 14:00 民謡サークル
17	18	19	20	21	22	23
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 9:30 訪問理美容 14:00 健康体操と脳トレーニング	9:30 シルバー体操 14:00 カラオケサークル 15:00 集団リハビリ(ST)	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 お楽しみ上映会 14:00 集団リハビリ(PT)	9:30 シルバー体操 9:30 訪問理美容 昼食 シェフのおすすめ料理
24	25	26	27	28	29	30
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 14:00 健康体操と脳トレーニング	9:30 シルバー体操 14:00 カラオケサークル 15:00 集団リハビリ(ST)	9:30 シルバー体操	10:00 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 14:00 お楽しみ上映会	9:30 シルバー体操 14:00 椅子YOGA
31	1	2	3	4	5	6
9:30 シルバー体操						