

§ シルバーシティ武蔵境 令和8年5月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					10:30 うめぼし体操 14:00 椅子に座ってエアロ	10:30 うめぼし体操 14:00 まとばゆう音楽会
3	4	5	6	7	8	9
10:30 うめぼし体操 14:00 端午の節句イベント	10:30 うめぼし体操 14:00 音楽クラブ	10:30 うめぼし体操 14:00 やさしいヨガ	10:30 うめぼし体操 14:00 KOKOの会	10:30 うめぼし体操 14:00 ジャズコンサート	10:30 うめぼし体操 14:00 椅子に座ってエアロ	10:30 うめぼし体操 14:00 まとばゆう音楽会
10	11	12	13	14	15	16
10:30 うめぼし体操 14:00 母の日イベント	10:30 うめぼし体操 14:00 音楽クラブ	10:30 うめぼし体操 14:00 やさしいヨガ	10:30 うめぼし体操 14:00 健康ポイストレーニング 理美容	10:30 うめぼし体操 14:00 書道	10:30 うめぼし体操 14:00 椅子に座ってエアロ	10:30 うめぼし体操 14:00 まとばゆう音楽会
17	18	19	20	21	22	23
10:00 運営懇談会 14:00 歌謡体操	10:30 うめぼし体操 14:00 音楽クラブ	10:30 うめぼし体操 14:00 やさしいヨガ	10:30 うめぼし体操 14:00 KOKOの会	10:30 うめぼし体操 14:00 カラオケ	10:30 うめぼし体操 14:00 椅子に座ってエアロ	10:30 うめぼし体操 14:00 まとばゆう音楽会
24	25	26	27	28	29	30
10:30 うめぼし体操 14:00 クラピアコンサート	10:30 うめぼし体操 14:00 音楽クラブ	10:30 うめぼし体操 14:00 やさしいヨガ	10:30 うめぼし体操 14:00 カラオケ 理美容	10:30 うめぼし体操 14:00 フルートコンサート	10:30 うめぼし体操 14:00 椅子に座ってエアロ	10:30 うめぼし体操 14:00 まとばゆう音楽会
31						
10:30 うめぼし体操 14:00 声楽ピアノコンサート						