

§ シルバーシティ武蔵境 令和8年6月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	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 まとばゆう音楽会	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 歌謡体操
7	8	9	10	11	12	13
10:30 うめぼし体操 14:00 カラオケ	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 健康ボイストレーニング 理美容	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
14	15	16	17	18	19	20
10:30 うめぼし体操 14:00 カラオケ	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 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 歌謡体操
21	22	23	24	25	26	27
10:00 運営懇談会 14:00 父の日イベント	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 書道 理美容	10:30 うめぼし体操 14:00 まとばゆう音楽会	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 14:00 運営懇談会
28	29	30				
10:30 うめぼし体操 14:00 パピーコンサート	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				