

§ シルバーシティ石神井北館 令和8年 8月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
						1
						14:00 アフタヌーン コンサート
2	3	4	5	6	7	8
10:00まとはゆう音楽会	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 14:00 お楽しみ上映会	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 フットケア 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 和やかコンサート
9	10	11	12	13	14	15
納涼祭特別食・昼 14:00 納涼祭	14:00 KOKOの会	山の日 10:00 KOKOの会	10:00 リズム体操 14:00 座ってヨガ	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 アフタヌーン コンサート
16	17	18	19	20	21	22
10:00まとはゆう音楽会	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	10:00 民謡サークル 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 14:00 和やかコンサート
23	24	25	26	27	28	29
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 フルート・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	14:00 心のバリアフリー コンサート	
30	31					
10:00まとはゆう音楽会 13:30 囲碁教室 18:00 北館花火大会	14:00 KOKOの会					