

§ シルバーシティ武蔵境 令和8年8月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
						1
						10:30 うめぼし体操 14:00 まとばゆう音楽会
2	3	4	5	6	7	8
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 ジャズコンサート	納涼祭	10:30 うめぼし体操 14:00 まとばゆう音楽会
9	10	11	12	13	14	15
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 カラオケ	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 歌謡体操	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
16	17	18	19	20	21	22
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 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
23	24	25	26	27	28	29
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 歌謡体操 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
30	31					
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					