§ シルバーシティ聖蹟桜ヶ丘　令和8年12月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		9:25　ラジオ体操 10:00カラオケ AM 虹色デンタル/PM聖林 おすすめランチ	9:25　ラジオ体操 10:00 森先生音楽会	9:25　ラジオ体操 14:00　ｵﾝﾗｲﾝﾘﾊﾋﾞﾘ	9:25　ラジオ体操 AM　新井歯科往診 AM あいクリニック往診 14:00まとばゆう音楽会	9:25　ラジオ体操
6	7		9	10	11	12
9:25　ラジオ体操	9:25　ラジオ体操 10:00　座ってヨガ 14:00健康ボイストレーニング	9:25　ラジオ体操 10:00　カラオケ AM 虹色デンタルクリニック AM 聖林クリニック往診	9:25　ラジオ体操 14:00 KOKOの会	9:25ラジオ体操 AM 訪問理美容(ラピス) 工藤綾乃さんコンサート	9:25　ラジオ体操 AM　新井歯科往診 14:00まとばゆう音楽会	9:25　ラジオ体操 10:00　フラワー教室
13	14	15	16	17	18	19
9:25　ラジオ体操	9:25　ラジオ体操 10:00　座ってヨガ	9:25　ラジオ体操 10:00　カラオケ AM虹色デンタルクリニック	9:25　ラジオ体操 フラワーアレンジメント	9:25　ラジオ体操 14:00　ｵﾝﾗｲﾝﾘﾊﾋﾞﾘ	9:25　ラジオ体操 AM　新井歯科往診 AM あいクリニック往診 14:00まとばゆう音楽会	9:25　ラジオ体操
20	21	22	23	24	25	26
9:25　ラジオ体操	9:25　ラジオ体操 10:00　座ってヨガ PM 聖林クリニック 【冬至】ゆず湯	9:25　ラジオ体操 10:00　カラオケ AM 虹色/PM聖林 【冬至】ゆず湯	9:25　ラジオ体操 14:00 KOKOの会 【冬至】ゆず湯	9:25　ラジオ体操 14:00　ｵﾝﾗｲﾝﾘﾊﾋﾞﾘ AM 訪問理美容(彩り)	9:25　ラジオ体操 AM　新井歯科往診 Xmasコンサート クリスマス会/Xmas特別ランチ	9:25　ラジオ体操 10:00　フラワー教室
28	28	29	30	31		
9:25　ラジオ体操 10:30 入居者懇談会	9:25　ラジオ体操 10:00　座ってヨガ お餅つき	9:25　ラジオ体操 10:00　カラオケ	9:25　ラジオ体操	9:25　ラジオ体操 大晦日 年越しそば		

12月の外出イベントは【多摩センターイルミネーションツアー】を予定しております