

# 平成30年度シルバーサロン年間計画

月	日	榛の会 (多目的室)	日	回	定例会 (スタジオ)
4	3 (火)	表情筋エクスサイズ (上坂尚美さん)	13 (金)	167	都筑の歴史 (井上 攻さん)
5	1 (火)	ホットカフェ	18 (金)	168	ハーモニカ演奏 (藤井京子さん)
6	5 (火)	抹茶サロン	14(木)	169	体を動かそう！ (石井佳代子さん)
7	3 (火)	ホットカフェ	12 (木)	170	健康チェック (保健活動推進委員)
8		休 会			
9	4 (火)	ホットカフェ	14 (金)	171	<u>敬老のつどい</u> (アフリカンmanimani)
10	2 (火)	お茶会	12 (金)	172	防災クッキング (鈴木佳世子さん)
11	6 (火)	ホットカフェ	17 (土)	173	ピロコとキッチンガールズ (土屋万葉さん)
12	4 (火)	抹茶サロン	14 (金)	174	クリスマス会 (ジャズ：ハッピージャム)
1		休 会			
2	5 (火)	映画会	16(土)	176	バンドで歌おう
3	5 (火)	ホットカフェ	15 (金)	177	<u>春の昼食会</u>

★時間はいずれも14：00～16：00です。但し、定例会の9月と3月は12：00～14：00となります。

★場所は管理センターです。

「抹茶サロン」はゲストをお呼びしたり、仲間のお話を聞いたり、抹茶と和菓子をいただきながらのひとときをお過ごしいただきます。  
 「ホットカフェ」は、コーヒーとお菓子をいただきながら歌やおしゃべりを楽しむ会です。定例会にご参加される方は準備の都合上、ご出欠を下記連絡先までお知らせください。  
 ご参加お待ちしております！

## シルバーサロン

世話役代表：今城宏子 ☎913-1715

出欠連絡先：

(A～D棟) 柴田 真弓 ☎911-3455

(E～I棟) 龍野久美子 ☎910-0130

