

シルバーカフェ沢村店 10月のイベントスケジュール

・シルバーカフェ沢村の営業時間は10時～16時です。
 ・いずれも**利用料400円**が必要です。
 ・通常営業の日でもカラオケ、手芸、囲碁、麻雀等が
 できます。

日	曜日	午前(10:00~12:00)	担当	午後(13:00~15:00)	担当	
1	火	パソコン教室	カフェスタッフ	通常営業(16:00まで)		
2	水	臨時休業				
3	木	絵手紙	太田さん	歌声カフェ	地域ボランティア	
4	金	通常営業		通常営業(16:00まで)		
5	土					
6	日					
7	月	通常営業		足と靴の健康相談室・ 足のマッサージ 500円	シューフィッター 青木さん	
8	火	パソコン教室	嶋田さん	楽しいレクササイズ	Fitness Advisor 長谷川さん	
9	水	大人の塗り絵	カフェスタッフ	ゆりちゃんと ☆健康体操☆	健康運動 実践指導者	
10	木	絵手紙	太田さん	皆で歌おう! フォーク&ポピュラー	JJB MSKITO BAND	
11	金	手芸の日				地域ボランティア
12	土					
13	日		於:JA松本市会館 チラシ参照	食と健康セミナー 13:30~ 「すぐに役立つからだに良いこと」	(株)大将印さん	
14	月	チラシ参照!	「シルバーカフェ 生き生きうたごえカフェ in 松本」 於:松本市勤労者福祉センター 開始:13:30			
15	火	パソコン教室	カフェスタッフ	足と靴の健康相談室・ 足のマッサージ 500円	シューフィッター 青木さん	
16	水	メリーさんと英会話	メリーさん	健康麻雀(初心者)	新田さん	
17	木	オカリナを吹いてみよう	地域ボランティア	♪キーボードで 愛唱歌を歌おう♪	隠岐さん	
18	金	通常営業		通常営業(16:00まで)		
19	土					
20	日					
21	月	通常営業		楽しいレクササイズ	Fitness Advisor 長谷川さん	
22	火	パソコン教室	嶋田さん	13:30~ 食と健康講座	大将印さん	
23	水	大人の塗り絵	カフェスタッフ	健康麻雀(初心者)	新田さん	
24	木	オカリナを吹いてみよう	地域ボランティア	ギターと ♪愛唱歌を歌おう♪	JJB MSKITO BAND	
25	金	手芸の日				地域ボランティア
26	土					
27	日					
28	月	通常営業		通常営業(16:00まで)		
29	火	パソコン教室	カフェスタッフ	通常営業(16:00まで)		
30	水	メリーさんと英会話	メリーさん	健康麻雀(初心者)	新田さん	
31	木	絵手紙	太田さん	歌声カフェ	地域ボランティア	

★ モンキーポッドさんの日程は、10月に入ってから決まります。希望される方はお問い合わせ下さい。

ご不明な点がございましたら、ご連絡ください(☎ 87-7816)