

シルバーカフェ安曇野



利用料 :400円
手打蕎麦(要予約) :500円
 (1日限定10食まで)
定休日 :水・日
 (蕎麦は不定休)

営業時間10:00~16:00

TEL0263-77-7007(清水)
安曇野市三郷明盛4593-1

令和3年 9月 イベントスケジュール

日	曜日	午前(10:30~12:00)	担当	午後(13:00~15:00)	担当
1	水				
2	木	ゆったりストレッチ	健康運動 実践指導者	大人のぬり絵	坂本さん
3	金	ストレッチ	健康運動 実践指導者	初心者健康マージャン・健康体操	
4	土	ストレッチ	健康運動 実践指導者	美容の日	木村(満さん)
5	日				
6	月	ストレッチ	健康運動 実践指導者	手話歌	長岡さん
7	火	ストレッチ	健康運動 実践指導者	初心者健康マージャン・健康体操	
8	水				
9	木	ゆったりストレッチ	健康運動 実践指導者	懐かしい歌を楽しもう	
10	金	ストレッチ	健康運動 実践指導者	初心者健康マージャン・健康体操	
11	土	ストレッチ	健康運動 実践指導者	皆で歌おう!フォーク&ポピュラー	J.J.B. MSKITO BAND
12	日				
13	月	ストレッチ	健康運動 実践指導者	手芸(クラフトバンドのカゴ)	木村(昌さん)
14	火	ストレッチ	健康運動 実践指導者	初心者健康マージャン・健康体操	
15	水				
16	木	ゆったりストレッチ	健康運動 実践指導者	健康教室	小林さん
17	金	ストレッチ	健康運動 実践指導者	初心者健康マージャン・健康体操	
18	土	ストレッチ	健康運動 実践指導者	オカリナを吹こう	AZUMI
19	日				
20	月	ストレッチ	健康運動 実践指導者	懐かしい歌を楽しもう	
21	火	ストレッチ	健康運動 実践指導者	初心者健康マージャン・健康体操	
22	水				
23	木	ゆったりストレッチ	健康運動 実践指導者	絵手紙を描こう	原田さん
24	金	ストレッチ	健康運動 実践指導者	初心者健康マージャン・健康体操	
25	土	貸し切り		初心者スマホQ&A	貞松さん
26	日				
27	月	ストレッチ	健康運動 実践指導者	懐かしい歌を楽しもう	
28	火	ストレッチ	健康運動 実践指導者	初心者健康マージャン・健康体操	
29	水				
30	木	ゆったりストレッチ	健康運動 実践指導者	お箏演奏	河上さん

人数制限をして運営しております。参加ご希望の方はご予約をお願いします
 新型コロナウイルス感染者の多い地域の方と接触した方は 2週間ご利用を控えてください。
 入室前の手洗い、マスクの着用をお願い致します。