

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4年 10月イベントスケジュール

日	曜日	午前 (10:15~11:45)	担当	午後 (13:00~15:00)	担当	
1	土	ストレッチ	健康運動 実践指導者	美容の日	木村(満)さん	
2	日					
3	月			懐かしい歌を楽しもう		
4	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		
5	水					
6	木	ゆったりストレッチ	健康運動 実践指導者	ゆっくりおしゃべり (12:30~)		
7	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		
8	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	
9	日					
10	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		
11	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		
12	水					
13	木	シルバーカフェ開設10周年記念式典 (松本市音楽ホール小ホール13:30~)				
14	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		
15	土	ストレッチ	健康運動 実践指導者	オカリナを吹こう	小島さん	
16	日					
17	月			手芸 (干支きめこみパッチワーク2600円)	カフェスタッフ	
18	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		
19	水					
20	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	
21	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		
22	土	貸し切り				
23	日	市民活動フェスタ出演 (会場:穂高交流学习センターみらい多目的ホール) 12:45~13:10予定				
24	月			懐かしい歌を楽しもう		
25	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		
26	水					
27	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	
28	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		
29	土	貸し切り (手芸)				
30	日					
31	月			手話歌	長岡さん	

- ・新型コロナ感染予防のために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
- ・入室前の検温・手指の消毒、マスクの着用をお願い致します。