

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 11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	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		
2	水					
3	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~)		
4	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		
5	土	ストレッチ	健康運動 実践指導者	美容の日	木村(満)さん	
6	日					
7	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		
8	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		
9	水					
10	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	
11	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		
12	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	
13	日					
14	月	ストレッチ	健康運動 実践指導者	手芸(デコパージュ)	伊豆さん	
15	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		
16	水					
17	木	ゆったりストレッチ	健康運動 実践指導者	介護者の集い	小林さん	
18	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		
19	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	
20	日					
21	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		
22	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		
23	水					
24	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	
25	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		
26	土	貸 し 切 り				
27	日					
28	月	ストレッチ	健康運動 実践指導者	手話歌	長岡さん	
29	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		
30	水					

- ・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。