



4月より長野県の助成金も終わり、シルバーカフェは自助努力で運営して参ります。今後も皆さまのご利用やご協力を宜しく
お願い申し上げます 沢村店オーナー 貞松

困っているを教えてください

お掃除・洗濯・家事支援

…などなど、生活でお悩みのことが
ありましたら何でも **ご相談ください**

手積み麻雀
男性も参加

最近人気
があります



4月5日、12日、26日(火)

健康麻雀開催!!

頭の体操にぴったり! 覚えたい方が増えています。
上記の3回は経験のある方の日です。ご希望により、
麻雀を覚えたい方の教室も計画いたします。
お問い合わせください。

本の朗読と手話

4/19(火)

13:30~15:00

講師; グリーンベルさん
「本の朗読」物語の世界
に入り込んでいきます。
写真は「きよしのずんど
こ節」を踊りながら楽し
く歌います。簡単なので、
どなたでも踊れますよ。



4/1・15(金)

初心者大歓迎

手芸の日

ご自分の作りたいものを自由に作っていただきます。
何を作ろうかしら? ここはどうやって?
まわりの方にご遠慮なく聞いてください。

4/13・27(水)

英会話教室

10:00~12:00

講師; 北原まゆみ先生

いつも和やかに英会
話を楽しんでいます。
聴くだけでも勉強に
なりますよ。
どなたでもご参加い
ただけます。



海外旅行に
役立つ!!

どなたでもご利用頂けます。 カフェに遊びにきませんか?

土・日のレンタルスペースとして カフェを貸し出します(半日2,000円)

お気軽にご相談ください。(0263-87-7816)

ミーティング/お誕生日会/カラオケ大会など



電話 0263-87-7816
住所 松本市沢村3-1-8
定休日 土・日・祝日
利用料 300円
営業時間 10~16時

Webでもイベント情報が確認できます
<http://www.silvercafe.jp.com/>

シルバーカフェ

沢村店4月イベントスケジュール

● 通常営業の日でもカラオケ、手芸、囲碁、将棋等ができます。
● どのイベントも、別途カフェ利用料300円が必要です。


- 4/2(土)・9(土)・23(土)・29(金・祝)は定休日ですが通常営業します。
- 4/28(木)は臨時休業です。

日	曜日	午前(10:00~12:00)	担当	午後(13:00~15:00)	担当	
4月						
1	金	 表面参照 手芸の日 楽しい会食会 カレーライス(300円)				
2	土	通常営業		足と靴の勉強会(外反母趾について)・先着5名様 足のマッサージ 500円	満足館さん	
3	日					
4	月	通常営業		通常営業(16:00まで)		
5	火	パソコン教室	カフェスタッフ	表面参照 健康麻雀(要予約)		
6	水	エンディングノートの書き方勉強会	カフェスタッフ	通常営業(16:00まで)		
7	木	通常営業		通常営業(16:00まで)		
8	金	通常営業		通常営業(16:00まで)		
9	土	 楽しい会食会 カレーライス(300円)				
10	日	通常営業		皆で歌おう! フォーク&ポピュラー	J.J. MSKIT BAND	
11	月	体幹トレーニング	菅野さん	通常営業(16:00まで)		
12	火	パソコン教室	カフェスタッフ	表面参照 健康麻雀(要予約)		
13	水	表面参照 簡単な英会話	北原先生	通常営業(16:00まで)		
14	木	通常営業		歌声カフェ	カフェスタッフ	
15	金	表面参照 手芸の日  楽しい会食会 カレーライス(300円)				
16	土					
17	日					
18	月	通常営業		通常営業(16:00まで)		
19	火	パソコン教室	カフェスタッフ	表面参照 13:30~ 本の朗読と手話	グリーンベルさん	
20	水	通常営業		通常営業(16:00まで)		
21	木	出張施術 肩や腰の痛み ソフト整体でスッキリ! 5名様限定 500円!	モンキーポッドさん	通常営業(16:00まで)		
22	金	大人の塗り絵		通常営業(16:00まで)		
23	土	 楽しい会食会 カレーライス(300円)				
24	日	通常営業		足と靴の勉強会(外反母趾について)・先着5名様 足のマッサージ 500円	満足館さん	
25	月	通常営業		通常営業(16:00まで)		
26	火	パソコン教室	カフェスタッフ	表面参照 健康麻雀(要予約)		
27	水	表面参照 簡単な英会話	北原先生	歌声カフェ	カフェスタッフ	
28	木	臨時休業				
29	金	通常営業		通常営業(16:00まで)		
30	土	 楽しい会食会 カレーライス(300円)				
5月						
1	日					
2	月	通常営業		通常営業(16:00まで)		
3	火					
4	水					
5	木					

健康麻雀のご注意

なお、カフェでの麻雀は、ゲームを楽しむのみとし、金銭、物品等を賭けることは固くお断りいたします。健康麻雀、今月の第1・第2・第4火曜日の午後に計画いたしました。必ずご予約をお願いいたします。

 …祝日(休業)

● ランチ  … 楽しい会食会 (金曜日)