

# 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2年 9月 イベントスケジュール (参加ご希望の方はご予約をお願いします)

日	曜日	午前 (10:30~12:00)	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	初心者マーじゃん教室	麻雀愛好者
2	水				
3	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
4	金	ストレッチ	健康運動 実践指導者	初心者健康マーじゃん・健康体操	
5	土	ストレッチ	健康運動 実践指導者	美容講座	木村(満)さん
6	日				
7	月	ストレッチ	健康運動 実践指導者	手話歌	須坂さん
8	火	ストレッチ	健康運動 実践指導者	初心者健康マーじゃん・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	初心者健康マーじゃん・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(クラフトバンドのかご) 1200円	木村(昌)
15	火	ストレッチ	健康運動 実践指導者	初心者マーじゃん教室	麻雀愛好者
16	水				
17	木	ゆったりストレッチ	健康運動 実践指導者	ペン習字	カフェスタッフ
18	金	ストレッチ	健康運動 実践指導者	初心者健康マーじゃん・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	AZUMI
20	日				
21	月	ストレッチ	健康運動 実践指導者	気軽におしゃべり(12:30から)	
22	火	ストレッチ	健康運動 実践指導者	初心者健康マーじゃん・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	初心者健康マーじゃん・健康体操	
26	土	貸し切り		初心者スマホQ&A	貞松さん
27	日				
28	月	ストレッチ	健康運動 実践指導者	童謡唱歌を歌おう	
29	火	ストレッチ	健康運動 実践指導者	初心者健康マーじゃん・健康体操	
30	水				

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