

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 11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	日				
2	月	ストレッチ	健康運動 実践指導者	手話歌	須坂さん
3	火	ストレッチ	健康運動 実践指導者	初心者マージャン教室	麻雀愛好者
4	水				
5	木	ゆったりストレッチ	健康運動 実践指導者	臨時休業	
6	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	
7	土	ストレッチ	健康運動 実践指導者	美容講座	木村(満)さん
8	日				
9	月	ストレッチ	健康運動 実践指導者	椅子ヨガ 大人のぬり絵 (12:30~)	坂本さん
10	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	
11	水				
12	木	ゆったりストレッチ	健康運動 実践指導者	松本地域振興局長表彰授与式	
13	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	
14	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
15	日				
16	月	ストレッチ	健康運動 実践指導者	手芸 (ウェルカムボード1600円)	伊豆さん
17	火	ストレッチ	健康運動 実践指導者	初心者マージャン教室	麻雀愛好者
18	水				
19	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
20	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	
21	土	ストレッチ	健康運動 実践指導者	オカリナを吹こう	AZUMI
22	日				
23	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	
24	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	
25	水				
26	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 (年賀状)	原田さん
27	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	
28	土	貸し切り		初心者スマホQ&A	貞松さん
29	日				
30	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	

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。
 入室前の手洗い、マスクの着用をお願い致します。