

# 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 8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	月			懐かしい歌を楽しもう		
2	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		
3	水					
4	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	
5	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		
6	土	皆で歌おう! フォーク&ポピュラー	J.J.B. MSKITO BAND			
7	日					
8	月	美容の日	木村(満)さん	手芸(ちぎりアート640円)	カフェスタッフ	
9	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		
10	水					
11	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	
12	金	ストレッチ	健康運動 実践指導者			
13	土					
14	日					
15	月			懐かしい歌を楽しもう		
16	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		
17	水					
18	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	
19	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		
20	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	
21	日					
22	月			手話歌	長岡さん	
23	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		
24	水					
25	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	
26	金	ストレッチ	健康運動 実践指導者	貞享義民館展示準備(13:30~)		
27	土	貸し切り				
28	日					
29	月			懐かしい歌を楽しもう		
30	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		
31	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。