

2025 9月銀のつどいプログラム

第一週

日	時間	内容
5	午前	俳句勉強会
		お楽しみサロン
	午後	ポッチャ
		お楽しみサロン
12	午前	健康教室(高力先生)・歌
		お楽しみサロン
	午後	ポッチャ
		お楽しみサロン
19	午前	絵手紙・アートサロン
		お楽しみサロン・編み物
	午後	舞踊体操
		お楽しみサロン
26	午前	健康教室(高力先生)・歌
		身体機能検査*
	午後	散策
		お楽しみサロン
		みんなで歌うカラオケ