

## 2026年度シルバーサロン年間計画

月	日	榛の会 (多目的ルーム)	回	日	定例会 (スタジオ)
4	7	<p>◆何をするの？ 次のことを予定しています：</p> <p>①カラオケ（6月、2月）</p> <p>②ボードゲーム（トランプや少し頭を使った楽しいゲーム）</p> <p>③ケアプラザからの身近で参考になるお話</p> <p>④ゲストをお迎えしテーマのあるお話</p> <p>⑤フリータイム（仲間と話したい、あんなこと/こんなことがあった、こんな時どうするの？など、気ままなおしゃべりを楽しむ場です）</p> <p>★日時：毎月第一火曜 14時～16時 5月・8月・1月は休会</p> <p>★場所：多目的ルーム (カラオケは2階集会室) (準備は世話役1～2名が行います)</p> <p>★会費：無料 (飲み物は各自ご持参ください)</p> <p>毎月のプログラムの詳細はエントランス掲示板でお知らせします <b>気楽に楽しめる会です</b> <b>気兼ねなくご参加ください！</b></p>	255	17(金)	源氏物語を聴く（朗読） 光源氏と六条御息所の愛執 (岡崎 弥保さん)
5	—		256	14(木)	歌の宅配便 (広井 茂さん)
6	2		257	13(土)	タンゴで楽しく！ (丸山 良治さん)
7	7		258		調整中
8	—		—	—	休会
9	1		259	18(金)	敬老の集い (津軽三味線 澤田響紀さん)
10	6		260	17(土)	元気度チェック・ オーラルフレイル予防について (保健活動推進員・歯科衛生士)
11	3		261	21(土)	レコード鑑賞 (神山 孝三さん)
12	1		262	18(金)	ハーブコンサート (西村 由里さん)
1	—		263	15(金)	新春寄席 (楽笑友の会)
2	2		264	18(木)	からだほぐし (柴田 暁子さん)
3	2		265	20(土)	春の昼食会 (つづきマジッククラブ)

### 定例会について

★時間：14:00～16:00(15:00～16:00は茶話会です)春の昼食会は別途

★会場：プラザ21・1階スタジオ

★参加費：200円（3月の昼食会は別途）

★どなたでも参加できます。

ご希望の方は毎月エントランスに掲示する案内に記載の連絡先までお知らせください。

