

§ シルバーシティ駒込 令和5年10月 月間予定表 §

日 1	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
8:55～ラジオ体操 ★10月お誕生日会 14:15～ シネマの日	8:55～ラジオ体操 15:30～ カラオケ	8:55～ラジオ体操 14:00～ 詩吟	8:55～ラジオ体操 15:30～昔遊び (オセロ・カルタ 塗り絵・麻雀)	8:55～ラジオ体操 14:00～ ヨガ教室 14:00～幸和定期健康チェック	8:55～ラジオ体操 10:00～ 9:30～ほっこりケア 14:00～ かんたん社交ダンス 13:30～ほっこりケア	8:55～ラジオ体操 14:00～ カラオケ
8	9(スポーツの日)	10	11	12	13	14
8:55～ラジオ体操 14:00～ まとはゆう音楽会 14:00～BLA	8:55～ラジオ体操 15:30～ ごぼう体操	8:55～ラジオ体操 10:00～共用・居室 ガラス清掃 14:00～ 詩吟	8:55～ラジオ体操 15:30～昔遊び (オセロ・カルタ 塗り絵・麻雀)	8:55～ラジオ体操 10:30～カラオケ 14:00～ ヨガ教室	8:55～ラジオ体操 14:00～ かんたん社交ダンス 16:00～ナースコール	8:55～ラジオ体操 14:00～ 座ってエアロ(リモート)
15	16	17	18	19	20	21
8:55～ラジオ体操 14:15～ シネマの日	8:55～ラジオ体操 15:30～ カラオケ	8:55～ラジオ体操 14:00～ 詩吟	8:55～ラジオ体操 14:00～昔遊び (オセロ・カルタ 塗り絵・麻雀)	8:55～ラジオ体操 10:30～カラオケ 14:00～ ヨガ教室 15:00～ナースコール 電話設備点検	8:55～ラジオ体操 9:30～ほっこりケア 14:00～ かんたん社交ダンス 13:30～ほっこりケア	8:55～ラジオ体操 14:15～ 絵画を見てお話をする会
22	23	24	25	26	27	28
8:55～ラジオ体操 14:15～ シネマの日	8:55～ラジオ体操 15:30～ カラオケ	8:55～ラジオ体操 14:00～ 詩吟	8:55～ラジオ体操 14:00～昔遊び (オセロ・カルタ 塗り絵・麻雀)	8:55～ラジオ体操 10:30～カラオケ 14:00～ ヨガ教室	8:55～ラジオ体操 11:00～設備巡視点検 14:00～ かんたん社交ダンス	8:55～ラジオ体操 14:00～ 座ってエアロ(リモート)
29	30	31				
8:55～ラジオ体操 14:15～ シネマの日	8:55～ラジオ体操 15:30～ カラオケ	8:55～ラジオ体操 14:00～ 詩吟				