

§ シルバーシティ駒込 令和6年 9月間予定表 §

| 日<br>1                                        | 月<br>2                                                | 火<br>3                                          | 水<br>4                                                  | 木<br>5                                                        | 金<br>6                                                               | 土<br>7                                                         |
|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| 8:55～ラジオ体操<br><br>★9月お誕生日会<br>14:15～<br>シネマの日 | 8:55～ラジオ体操<br><br>15:30～<br>ごぼう体操                     | 8:55～ラジオ体操<br><br>15:30～<br>カラオケ                | 8:55～ラジオ体操<br><br>14:00～昔遊び<br>(オセロ・カルタ・トランプ<br>塗り絵・麻雀) | 8:55～ラジオ体操<br><br>14:00～<br>ヨガ教室<br>14:00～幸和定期健康チェック          | 8:55～ラジオ体操<br>9:30～ほっこりケア (爪)<br>13:30～ほっこりケア<br>14:00～<br>かんたん社交ダンス | 8:55～ラジオ体操<br><br>10:00～16:30<br>訪問美容室 (マロン)<br>15:30～<br>カラオケ |
| 8                                             | 9                                                     | 10                                              | 11                                                      | 12                                                            | 13                                                                   | 14                                                             |
| 8:55～ラジオ体操<br><br>14:00～<br>まとはゆう音楽会          | 8:55～ラジオ体操<br><br>15:30～<br>ごぼう体操                     | 8:55～ラジオ体操<br><br>15:30～<br>カラオケ                | 8:55～ラジオ体操<br><br>14:00～<br>東北フェア                       | 8:55～ラジオ体操<br><br>14:00～<br>ヨガ教室                              | 8:55～ラジオ体操<br><br>9:30～植栽剪定<br>14:00～<br>かんたん社交ダンス                   | 8:55～ラジオ体操<br>10:30～<br>カラオケ<br>15:30～<br>ごぼう体操                |
| 15                                            | 16 (敬老の日)                                             | 17                                              | 18                                                      | 19                                                            | 20                                                                   | 21                                                             |
| 8:55～ラジオ体操<br><br>14:00～<br>敬老の日イベント          | 8:55～ラジオ体操<br>9:30～グリストラップ<br>定期清掃<br>15:30～<br>ごぼう体操 | 8:55～ラジオ体操<br><br>15:30～<br>カラオケ<br><br>敬老の日特別食 | 8:55～ラジオ体操<br><br>14:15～<br>ボイストレーニング                   | 8:55～ラジオ体操<br><br>14:00～<br>ヨガ教室 お休み<br>14:30～エレベーター<br>保守点検  | 8:55～ラジオ体操<br>9:30～ほっこりケア<br>13:30～ほっこりケア<br>14:00～<br>かんたん社交ダンス     | 8:55～ラジオ体操<br>10:30～<br>カラオケ<br>14:15～<br>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<br><br>14:00～<br>第2回運営懇談会          | 8:55～ラジオ体操<br><br>15:30～<br>ごぼう体操                     | 8:55～ラジオ体操<br><br>15:30～<br>カラオケ                | 8:55～ラジオ体操<br><br>14:00～昔遊び<br>(オセロ・カルタ・トランプ<br>塗り絵・麻雀) | 8:55～ラジオ体操<br>11:00～設備巡視点検<br>14:00～<br>ヨガ教室<br>14:00～受変電設備点検 | 8:55～ラジオ体操<br><br>14:00～<br>かんたん社交ダンス                                | 8:55～ラジオ体操<br>10:30～<br>カラオケ<br>14:00～<br>座ってエアロ (リモート)        |
| 29                                            | 30                                                    |                                                 |                                                         |                                                               |                                                                      |                                                                |
| 8:55～ラジオ体操<br><br>14:15～<br>シネマの日             | 8:55～ラジオ体操<br><br>15:30～<br>ごぼう体操                     |                                                 |                                                         |                                                               |                                                                      |                                                                |