

§ シルバーシティ駒込 令和6年 10月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		8:55～ラジオ体操 ★10月お誕生日会 15:30～ カラオケ	8:55～ラジオ体操 14:00～昔遊び (オセロ・カルタ・トランプ 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 9:30～ほっこりケア(爪) 13:30～ほっこりケア 14:00～ かんたん社交ダンス	8:55～ラジオ体操 10:00～16:30 訪問美容室(マロン) 15:30～ カラオケ
6	7	8	9	10	11	12
8:55～ラジオ体操 14:00～ シネマの日	8:55～ラジオ体操 15:30～ ごぼう体操	8:55～ラジオ体操 15:30～ カラオケ	8:55～ラジオ体操	8:55～ラジオ体操 14:00～ ヨガ教室	8:55～ラジオ体操 8:30～ガラス清掃 共用・居室(外側) 14:00～ かんたん社交ダンス	8:55～ラジオ体操 10:30～ カラオケ 15:30～ ごぼう体操
13	14(スポーツの日)	15	16	17	18	19
8:55～ラジオ体操 14:00～ まとはゆう音楽会	8:55～ラジオ体操 15:30～ ごぼう体操	8:55～ラジオ体操 15:30～ カラオケ	8:55～ラジオ体操 14:15～ ボイストレーニング 14:00～増圧給水ポンプ 保守点検 断水有	8:55～ラジオ体操 14:00～ ヨガ教室 お休み	8:55～ラジオ体操 9:30～ほっこりケア 13:30～ほっこりケア 14:00～ かんたん社交ダンス 15:00～ナースコール 電話設備点検	8:55～ラジオ体操 10:30～ カラオケ 14:15～ 絵画を見てお話をする会
20	21	22	23	24	25	26
8:55～ラジオ体操 14:00～ シネマの日	8:55～ラジオ体操 15:30～ ごぼう体操	8:55～ラジオ体操 15:30～ カラオケ	8:55～ラジオ体操 14:00～昔遊び (オセロ・カルタ・トランプ 塗り絵・麻雀)	8:55～ラジオ体操 14:00～ ヨガ教室	8:55～ラジオ体操 14:00～ かんたん社交ダンス	8:55～ラジオ体操 10:30～ カラオケ 14:00～ 座ってエアロ(リモート)
27	28	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～ ごぼう体操	8:55～ラジオ体操 15:30～ カラオケ	8:55～ラジオ体操 11:00～設備巡視点検 14:00～昔遊び (オセロ・カルタ・トランプ 塗り絵・麻雀)	8:55～ラジオ体操 14:00～ ヨガ教室		