

§ シルバーシティ駒込 令和7年3月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
						1
						8:55～ラジオ体操 10:00～16:30 訪問美容室(マロン) ★3月お誕生日会 15:15～ カラオケ
2	3	4	5	6	7	8
8:55～ ラジオ体操  14:15～ シネマの日	8:55～ ラジオ体操 ★お雛祭り(昼食特別食) 15:30～ ごぼう体操	8:55～ ラジオ体操  15:15～ カラオケ	8:55～ ラジオ体操  15:30～ 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 10:00～13:00 建設設備点検 ★居室内の立ち入り有 14:00～ヨガ教室	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	8:55～ ラジオ体操  14:00～ 座ってエアロ(リモート)
9	10	11	12	13	14	15
8:55～ ラジオ体操 14:00～ まとはばゆう音楽会	8:55～ ラジオ体操 15:30～ ごぼう体操	8:55～ ラジオ体操 15:15～カラオケ中止 14:30～ エレベーター保守点検	8:55～ ラジオ体操 14:00～ ボイストレーニング	8:55～ ラジオ体操 14:00～ ヨガ教室	8:55～ ラジオ体操 ★ホワイトデー 14:00～ かんたん社交ダンス	8:55～ ラジオ体操 15:15～ カラオケ
16	17	18	19	20	21	22
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 15:15～ カラオケ	8:55～ ラジオ体操 15:30～ 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 9:30～グリストラップ定期清掃 14:00～ ヨガ教室	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	8:55～ ラジオ体操 7:00～入居者検診 14:00～ 座ってエアロ(リモート)
23	24	25	26	27	28	29
8:55～ ラジオ体操 14:00～ 第四回運営懇談会	8:55～ ラジオ体操 15:30～ ごぼう体操	8:55～ ラジオ体操 15:15～ カラオケ	8:55～ ラジオ体操 15:30～ 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 11:00～設備巡視点検 14:00～ ヨガ教室 14:00～受変電設備点検	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 14:15～ 絵画を見てお話をする会
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	*やまとむら歯科 往診 毎週月曜日				