

§ シルバーシティ駒込 令和7年9月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	8:55～ ラジオ体操 ★9月お誕生日会 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 14:00～ ヨガ教室	8:55～ ラジオ体操 8:30～植栽剪定 9:30～ほっこりケア 13:30～ほっこりケア セレクトメニュー（昼食） 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) 14:15～ 絵画を見てお話をする会
7	8	9	10	11	12	13
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 14:30～エレベーター点検	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 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 14:00～ 座ってエアロ（リモート）
14	15（敬老の日）	16	17	18	19	20
8:55～ ラジオ体操 14:00～ まとはゆう音楽会	8:55～ ラジオ体操 ★敬老の日イベント 14:15～	8:55～ ラジオ体操 15:15～ カラオケ	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 10:00～特殊建築物定期調査 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 14:15～ 14:15～ 絵画を見てお話をする会
21	22	23	24	25	26	27
8:55～ ラジオ体操 14:15～ ポッチャ	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 14:00～ ヨガ教室	8:55～ ラジオ体操 チーフお勧めメニュー（昼食） 14:00～ かんたん社交ダンス 14:00～ 受変電設備点検	8:55～ ラジオ体操 14:00～ 座ってエアロ（リモート）
28	29	30				
8:55～ ラジオ体操 第2回運営懇談会 14:00～	8:55～ ラジオ体操 10:00～美容サロン 15:30～ ごぼう体操 14:30～美容サロン	8:55～ ラジオ体操 15:15～ カラオケ				