

§ シルバーシティ駒込 令和7年11月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
						1
						8:55～ラジオ体操 SC駒込開設25周年 ★11月お誕生日会 昼食特別食 ピアノコンサート 14:00～♪
2	3 (文化の日)	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 8:00～グリストラップ清掃 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 9:30～フットケア 14:00～ かんたん社交ダンス 13:30～フットケア	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 10:00～16:30 訪問美容室(マロン) 14:00～ まとばゆう音楽会	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	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 14:15～ 絵画を見てお話をする会
16	17	18	19	20	21	22
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 8:00～植栽剪定消毒 ★セレクトメニュー昼食 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 14:00～ ヨガ教室	8:55～ ラジオ体操 9:30～フットケア 13:30～フットケア 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)
23	24 (振替休日)	25	26	27	28	29
8:55～ ラジオ体操 14:15～ シネマの日	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	8:55～ ラジオ体操 11:00～設備巡視点検 15:30～ 昔遊び (オセロ・カルタ トランプ・塗り絵・麻雀) 14:00～受変電設備点検 14:00～自動ドア保守点検	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 北海道フェア (昼食特別食) 10:00～
30						
8:55～ ラジオ体操 14:15～ シネマの日						