

§ シルバーシティ駒込 令和7年12月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	5	6	6
	8:55～ ラジオ体操 ★12月お誕生日会 15:30～ ごぼう体操 13:30～害虫防除作業 居室内立ち入り有り	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 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 ★セレクトメニュー昼食	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	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 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 10:00～消防設備点検 居室内立ち入り有り 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 ★クリスマスイベント 12:00～（昼食特別食） 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～ 絵画を見てお話をする会	8:55～ ラジオ体操 10:00～美容サロン 14:30～美容サロン 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 11:00～設備巡視点検 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）
28	29	30	31			
8:55～ ラジオ体操 10:30～お餅つき 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 ★大晦日 15:30～ 昔遊び（オセロ・カルタ ★年越しそば			