

§ シルバーシティ聖蹟桜ヶ丘 令和8年3月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
9:25 ラジオ体操  <b>お誕生日御膳</b>	9:25 ラジオ体操 10:00 座ってヨガ 14:00 健康ボイストレーニング	9:25 ラジオ体操 10:00カラオケ/PM売店 AM虹色デンタル/PM聖林 <b>ひな祭りの会/ひな祭り御膳</b>	9:25 ラジオ体操 10:00 森先生音楽会  AM あいクリニック往診	9:25 ラジオ体操 10:00 20分体操 14:00 オンラインリハビリ	9:25 ラジオ体操 AM 新井歯科往診 14:00まとはゆう音楽会	9:25 ラジオ体操
8	9	10	11	12	13	14
9:25 ラジオ体操	9:25 ラジオ体操 10:00 座ってヨガ  PM 聖林クリニック往診	9:25 ラジオ体操 10:00 カラオケ AM 虹色デンタルクリニック アスカクリニック往診	9:25 ラジオ体操 14:00 KOKOの会音楽会	9:25ラジオ体操/20分体操 14:00 オンラインリハビリ  AM 訪問理美容(ラピス)	9:25 ラジオ体操 AM 新井歯科往診 14:00まとはゆう音楽会	9:25 ラジオ体操 10:00 フラワー教室  <b>ホワイトデー</b>
15	16	17	18	19	20	21
9:25 ラジオ体操	9:25 ラジオ体操 10:00 座ってヨガ 14:00 皮膚科往診	9:25 ラジオ体操 10:00カラオケ/PM売店 AM 虹色デンタルクリニック PM 聖林クリニック往診	9:25 ラジオ体操   AM あいクリニック往診	9:25 ラジオ体操 10:00 20分体操 14:00 オンラインリハビリ	9:25 ラジオ体操 AM 新井歯科往診 14:00まとはゆう音楽会 <b>スペシャルディナー</b>	9:25 ラジオ体操 10:00 フラワー教室
22	23	24	25	26	27	28
9:25 ラジオ体操	9:25 ラジオ体操 10:00 座ってヨガ  PM 聖林クリニック往診	9:25 ラジオ体操 10:00 カラオケ AM 虹色デンタルクリニック	9:25 ラジオ体操 14:00 KOKOの会音楽会	9:25ラジオ体操/20分体操 14:00 オンラインリハビリ AM 訪問理美容(彩り)	9:25 ラジオ体操 AM 新井歯科往診 14:00まとはゆう音楽会	9:25 ラジオ体操   <b>入居者懇談会</b>
29	30	31				
9:25 ラジオ体操  <b>お買い物イベント</b>	9:25 ラジオ体操 10:00 座ってヨガ	9:25 ラジオ体操 10:00 カラオケ AM 虹色デンタルクリニック				