

§ シルバーシティ駒込 令和8年3月 月間予定表 §

日 1	2	3	4	5	6	7
8:55～ ラジオ体操 ★3月お誕生日会 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 昼食特別食 ☆お雛祭りイベント 14:15ピアノコンサート	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 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 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
8	9	10	11	12	13	14
8:55～ ラジオ体操 14:00～ まとはゆう音楽会	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 10:00～建築設備点検 居室内立ち入りあり 15:30～ 昔遊び（オセロ・カルタ トランプ・塗り絵・麻雀） 14:30～エレベーター点検	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 ☆ホワイトデー チーフお勤め日（昼食） 14:00～ 座ってエアロ（リモート）
15	16	17	18	19	20（春分の日）	21
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 14:30～ 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 13:30～フットケア 14:00～ かんたん社交ダンス 15:00～ナースコール 設備点検	8:55～ ラジオ体操 14:15～ 絵画を見てお話をする会
22	23	24	25	26	27	28
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	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 10:00～美容サロン 14:00～ かんたん社交ダンス 14:30～美容サロン	8:55～ ラジオ体操 14:00～ ポッチャ
29	30	31				
8:55～ ラジオ体操 14:00～ 入居者運園懇談会	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				