

§ 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 ☆お雑祭りイベント 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~ まとばゆう音楽会	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 チーフお勧め日(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 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 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~ 入居者運営懇談会	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					