

§ シルバーシティ駒込 令和8年5月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金 1	土 2
					8:55~ ラジオ体操 9:30~フットケア 13:30~フットケア ★5月お誕生日会 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) 15:15~ カラオケ
3 (憲法記念日)	4 (みどりの日)	5 (こどもの日)	6 (振替休日)	7	8	9
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 昼食特別食 15:15~ カラオケ	8:55~ ラジオ体操 10:00~美容サロン 14:30~美容サロン 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)
10	11	12	13	14	15	16
8:55~ ラジオ体操 ☆母の日 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 チーフお勧め日(昼食) 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 チーフお勧め日(洋食) 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
17	18	19	20	21	22	23
8:55~ ラジオ体操 14:00~ ジャズコンサート	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 15:00~ナースコール	8:55~ ラジオ体操 14:00~ ボイストレーニング 14:00~自動ドア点検	8:55~ ラジオ体操 14:00~ ヨガ教室	8:55~ ラジオ体操 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~ 座ってエアロ(リモート)
24	25	26	27	28	29	30
8:55~ ラジオ体操 14:00~ シネマの日	8:55~ ラジオ体操 チーフお勧め日(和食) 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 8:30~グリストラップ 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 15:15~ カラオケ
31						
8:55~ ラジオ体操 14:00~ シネマの日						