

§ シルバーシティ駒込 令和8年8月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
						1
						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
2	3	4	5	6	7	8
8:55～ ラジオ体操 14:00～ シネマの日	8:55～ ラジオ体操 15:30～ ごぼう体操 13:30～害虫防除作業	8:55～ ラジオ体操 チーフお勧めメニュー 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 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 14:00～ 座ってエアロ（リモート）
9	10	11	12	13	14	15
8:55～ ラジオ体操 ★納涼祭 昼食特別食	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 10:00～美容サロン 14:00～ ヨガ教室 14:30～美容サロン	8:55～ ラジオ体操 チーフお勧めメニュー 14:00～ かんたん社交ダンス	8:55～ ラジオ体操 15:15～ カラオケ
16	17	18	19	20	21	22
8:55～ ラジオ体操 14:00～ ジャズサークル	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 14:00～ 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 15:00～ナースコール 電話設備点検	8:55～ ラジオ体操 14:00～ 座ってエアロ（リモート）
23	24	25	26	27	28	29
8:55～ ラジオ体操 14:00～ 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 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 14:15～ 絵画を見てお話をする会
30	31					
8:55～ 14:00～ シネマの日	8:55～ 15:30～ ごぼう体操					