



ソナーレ浜田山

2月

February 2025

昼食前・夕食前に
『食前体操』がダイ
ニングでございます。

※赤字のものは外部
講師によるアクティ
ビティとなります

※緑字のものは有料
アクティビティ（予
約制）となります。



今月のアクティビティ

月

火

水

木

金

土

日

25	26	27	28	29	30	1 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 折り紙教室
2 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 バルーンバレー 16:00 バリトン音楽療法	3 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 書道教室 16:00 テーブルゲーム	4 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 フラワーアレンジメント① 16:00 五十嵐さんのOT体操	5 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 節分豆まき 16:00	6 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 プレイケア～フラダンス講座～ 16:00 ネイルクリッパー	7 10:00 健康体操 (1F/2F) 15:30 お歌のレッスン 16:00 白井さんのOT体操	8 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 季節のディフューザー作り 16:00 卓球教室
9 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 ボクササイズ 16:00 テーブルゲーム	10 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 シネマソナーレ	11 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 シネマソナーレ	12 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 訪問エステネイル 16:00 五十嵐さんのOT体操	13 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 俳句の会 16:00 プレイケア～音楽健康講座～	14 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 社交ダンス 16:00 ネイルクリッパー	15 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 合唱 16:00 紙風景
16 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 ボウリング 16:00 バリトン&ピアノコンサート	17 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 訪問エステフェイシャル 16:00 脳トレ・数独	18 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 フラワーアレンジメント② 16:00 五十嵐さんのOT体操	19 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 ペン習字教室 16:00	20 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 プレイケア～筋力アップ体操講座～ 16:00 ネイルクリッパー	21 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 絵画教室	22 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 Birthday Party
23 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 銘菓の会 16:00 白井さんのOT体操	24 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 マクラメ教室	25 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 陶芸教室	26 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 絵手紙教室 (送る用) 16:00 五十嵐さんのOT体操	27 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 プレイケア～血流アップ体操講座～ 16:00 ネイルクリッパー	28 10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 アート倶楽部	1
2	3	4	5	6	7	8