ライフケアデザインの介護付有料老人ホーム
ソナーレ市が尾

今月のアクティビティ

11月
November.2026
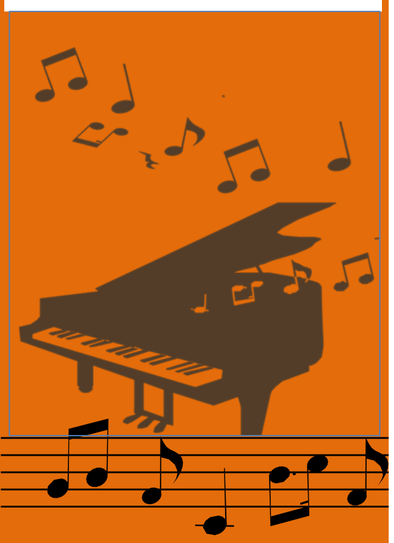
【午前中の予定】

TV体操
9:40～
（20分 OT対応）

食前体操
11:40～
（10分間 PT対応）

【訪問美容 Ash】
第2・4 金曜日

【事前予約制】の
アクティビティは
一週間前までに
スタッフに
お申込みください。



月	火	水	木	金	土	日
						1 10:00 （予約制） ベルフラワー 14:00 ダーツ
2 14:00 訪問パン販売 15:30 JOYSOUND体操	3 14:00 OTPT監修 体スッキリ体操 15:30 歌謡曲鑑賞	4 14:00 ボウリング 16:00 （事前予約制） ドッグセラピー	5 14:00 キックボール 15:00 訪問スーパー とくし丸	6 15:30 4階 JOYSOUND体操	7 10:00 （予約制） ベルフラワー 14:00 百人一首	8 10:00 （予約制） ベルフラワー 14:00 皆で歌おう
9 13:30 （事前予約制） ハンドケア・ネイル 15:30 JOYSOUND体操	10 14:00 外食ツアー	11 14:00 ボール体操 16:00 バルーンラリー	12 14:00 外食ツアー 15:00 訪問スーパー とくし丸	13【訪問美容Ash】 15:30 4階 JOYSOUND体操	14 10:00 （予約制） ベルフラワー 14:00 （事前予約制） 俳句教室	15 10:00 （予約制） ベルフラワー 14:00 ソナーレ映画館
16 14:00 （事前予約制） お菓子作り 15:30 JOYSOUND体操	17 14:00 外食ツアー	18 14:00 お誕生日会	19 14:00 ストライク9 15:00 訪問スーパー とくし丸	20 15:30 4階 JOYSOUND体操	21 10:00 （予約制） ベルフラワー 14:00 クリスマスツリー飾り	22 10:00 （予約制） ベルフラワー 14:00 皆で歌おう
23 13:30 （事前予約制） ハンドケア・ネイル 15:30 JOYSOUND体操	24 14:00 講演会	25 14:00 （事前予約制） フラワー アレンジメント 16:00 バルーンラリー	26 14:00 ボール体操 15:00 訪問スーパー とくし丸	27【訪問美容Ash】 14:00 OTPT監修 手芸教室 15:30 JOYSOUND体操	28 10:00 （予約制） ベルフラワー 14:00 演奏会	29 10:00 （予約制） ベルフラワー 14:00 大人の塗り絵
30 14:00 OTPT監修 脳トレ教室 15:30 JOYSOUND体操						

●ナイトアクティビティのお知らせ●

21日（土）19時～ 【ジャズピアノコンサート】 を開催します（1Fダイニング）。

その他、13日（金）、20日（金）、27日（金）、夕食後に各種ナイトアクティビティ実施予定です。
※詳細は都度ご案内します。皆様のご参加をお待ちしております✨