



ソナーレ駒沢公園

7月

July 2025

OT監修の 専門体操

1階グランドダイニング

2階サブダイニング

11:30～(30分)

17:30～(30分)

【訪問理美容】

1階ビューティールーム

【グースカ】

7/2(水)

【ニコライズ】

7/14(月)

7/25(金)

【訪問エステ】

7/3(木)7/21(月)

【爪のケア】

7/13(日)

今月のアクティビティ

月 火 水 木 金 土 日

30	1 14:30 七夕短冊作り 15:45 土橋先生の音楽療法	2 14:30 太鼓の達人 15:45 紙風景【事前申し込み制】	3 14:30 訪問エステ【事前申し込み制】 15:45 ボーリング	4 14:30 カードゲーム 15:45 ブレイクア体操	5 14:30 真子さんの手芸教室 15:45 ポッチャ	6 14:30 毛筆書道 15:45 OTによる脳トレストレッチ
7 14:30 七夕飾り 15:45 七夕	8 14:30 美容整容(無料) 15:45 土橋先生の音楽療法	9 14:30 ミニサッカー 15:45 大人のぬり絵	10 14:30 テーブルゲーム 15:45 サッカーボーリング	11 14:30 写経 15:45 ブレイクア体操	12 14:30 工作(リハブレ体験) 15:45 工作(リハブレ体験)	13 14:30 爪ケア【事前申し込み制】 15:45 薄葉さんの麻雀教室 15:45 真子さんの手芸教室
14 14:30 フラワーアレンジメント【事前申し込み制】 15:45 カードゲーム	15 14:30 工作(バルーンバレー) 15:45 土橋先生の音楽療法	16 14:30 鈴木先生の工芸教室 15:45 硬筆書道	17 14:30 太鼓の達人 15:45 国立音楽院の大人の音楽リトミック	18 14:30 茂呂さんの折り紙教室 15:45 ブレイクア体操	19 14:30 Dカフェ 駒沢公園 15:45 Dカフェ 駒沢公園	20 14:30 シネマソナーレ(リハブレ体験) 15:45 シネマソナーレ(リハブレ体験)
21 14:30 訪問エステ【事前申し込み制】 15:45 スカットボール	22 14:30 美容整容(無料) 15:45 土橋先生のバリトンコンサート	23 14:30 シネマソナーレ 15:45 シネマソナーレ	24 14:30 大人のぬり絵 15:45 ボクササイズ	25 14:30 スクラッチアート 15:45 ブレイクア体操	26 14:30 真子さんの手芸教室 15:45 演奏会	27 14:30 (茂呂さんの体操) 薄葉さんの麻雀教室 15:45 カレンダー作り
28 14:30 フラワーアレンジメント【事前申し込み制】 15:45 写経	29 アイスクリーム屋さん来ます! 14:30 ソナーレカフェガーデン 15:45 ソナーレカフェガーデン	30 14:30 太鼓の達人 15:45 カラオケ	31 14:30 オセロ/ジェンガ 15:45 バルーンバレー	1 14:30 オセロ/ジェンガ 15:45 バルーンバレー	2 14:30 オセロ/ジェンガ 15:45 バルーンバレー	3 14:30 オセロ/ジェンガ 15:45 バルーンバレー
4 14:30 オセロ/ジェンガ 15:45 バルーンバレー	5 14:30 オセロ/ジェンガ 15:45 バルーンバレー	6 14:30 オセロ/ジェンガ 15:45 バルーンバレー	7 14:30 オセロ/ジェンガ 15:45 バルーンバレー	8 14:30 オセロ/ジェンガ 15:45 バルーンバレー	9 14:30 オセロ/ジェンガ 15:45 バルーンバレー	10 14:30 オセロ/ジェンガ 15:45 バルーンバレー

【サブアクティビティ】

有料アクにご参加されないご入居者様には、他アクティビティをご準備しています。

例:カラオケ・バルーンバレー・シネマ等