



ソナール駒沢公園

8月

August 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】

8/6(水)

【ニコライズ】

8/11(月)

8/22(金)

【訪問エステ】

8/7(木)8/18(月)

【爪のケア】

8/10(日)

今月のアクティビティ

月 火 水 木 金 土 日

28	29	30	31	1 14:30 作業療法士による 脳トレ体操 15:45 ブレイクア体操	2 14:30 真子さんの 手芸教室 15:45 ミニサッカー	3 14:30 夏のわくわく 工作 15:45 カラオケ
4 14:30 バターゴルフ 15:45 カードゲーム	5 14:30 藤廣さんの 工芸教室 15:45 土橋先生の 音楽療法	6 14:30 藤廣さんの フェイシャルエステ 15:45 紙風景教室 【事前申し込み制】	7 14:00 訪問エステ 【事前申し込み制】 15:45 絵画教室	8 14:30 茂呂さんの 体操 15:45 ブレイクア体操	9 14:30 真子さんの体操 15:45 盆踊り練習	10 14:30 ピアノ コンサート 15:45 ピアノ コンサート
11 山の日 14:30 シネマソナール 15:45 シネマソナール	12 14:30 夏のわくわく 工作 15:45 土橋先生の 音楽療法	13 14:30 美容整容 (無料) 15:45 カラオケ	14 14:30 毛筆書道 15:45 鈴木先生の 工芸教室	15 14:30 作業療法士による 脳トレ体操 15:45 ブレイクア体操	16 14:30 Dカフェ・ 駒沢公園 15:45 Dカフェ・ 駒沢公園	17 14:30 薄葉さんの 麻雀教室 15:45 脳トレ
18 14:00 訪問エステ 【事前申し込み制】 15:45 テーブルゲーム	19 14:30 大人のぬり絵 15:45 土橋先生の 音楽療法	20 14:30 硬筆書道 15:45 太鼓の達人	21 14:30 ミニサッカー 15:45 国立音楽院の 大人の音楽リトミック	22 14:30 美容整容 (無料) 15:45 ブレイクア体操	23 14:30 真子さんの 手芸教室 15:45 太鼓の達人	24 14:30 写経 15:45 ストラック9
25 14:30 フラワーアレンジメント 【事前申し込み制】 15:45 カラオケ	26 14:30 テーブルゲーム 15:45 土橋先生の バリトンコンサート	27 14:30 カレンダー作り 15:45 バルーンバレー	28 14:30 スクラッチアート 15:45 ボクササイズ	29 14:30 茂呂さんの 体操 15:45 ブレイクア体操	30 14:30 納涼祭 15:45 納涼祭	31 14:30 薄葉さんの 麻雀教室 15:45 スカットボール
1	2	3	4	5	6	7

【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