



ソナーレ駒沢公園

2月

February 2026

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】

2/4(水)

【ニコライズ】

2/9(月)

2/27(金)

【ビューティーサロン】

2/5(木)2/16(月)

【爪のケア】

2/8(日)

今月のアクティビティ

月

火

水

木

金

土

日

26	27	28	29	30	31	1 14:30 ドッグセラピー (人数制限あり) 15:45 ドッグセラピー (人数制限あり)
2 14:30 節分イベント 15:45 節分イベント	3 節分 14:30 百人一首 15:45 土橋先生の STボイストレーニング	4 14:30 ボーリング 15:45 紙風景 (事前申込制)	5 14:30 カードゲーム 15:45 バターゴルフ	6 14:30 新聞引っぱりゲーム 15:45 プレイケア	7 14:30 作業療法士による 脳トレ体操 15:45 サイコロゲーム	8 美容整容 14:30 薄葉さんの 麻雀教室 15:45 新聞フリスビー
9 14:30 フラワーアレンジメント (事前申込制) 15:45 みんなで歌おう カラオケ	10 14:30 ハンドマッサージ 15:45 土橋先生の歌の会& ボイストレーニング	11 建国記念日 14:30 大人のめりえ 15:45 ストラック9	12 14:30 サッカーボーリング 15:45 鈴木先生の 工芸教室	13 14:30 スクラッチアート 15:45 プレイケア	14 バレンタイン カラオケ 14:30 作業療法士による お菓子作り (定員制) 15:45 作業療法士による お菓子作り (定員制)	15 14:30 脳トレ 15:45 ボーリング
16 14:30 テーブルゲーム 15:45 新聞フリスビー	17 14:30 硬筆書道 15:45 土橋先生の STボイストレーニング	18 14:30 ハンドマッサージ 15:45 サイコロゲーム	19 14:30 スリッパ飛ばし 15:45 国立音楽院の 大人の音楽リトミック	20 14:30 大人のめりえ 15:45 プレイケア	21 14:30 Dカフェ駒沢公園 15:45 Dカフェ駒沢公園	22 美容整容 14:30 薄葉先生の 麻雀教室 15:45 バターゴルフ
23 天皇誕生日 14:30 いろはかるた 15:45 スカットボール	24 14:30 写経 15:45 土橋先生の パティンコンサート	25 14:30 カレンダー作り 15:45 新聞引っぱりゲーム	26 14:30 美容整容 15:45 ボクササイズ	27 14:30 みんなで歌おう カラオケ 15:45 プレイケア	28 14:30 新聞体操 15:45 サクソ演奏会	1
2	3	4	5	6	7	8

【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