



ソナーレ・アテリア久我山

4月

April 2026

作業療法士 監修専門体操

2階グランドダイニング

3階サブダイニング

10:30～(30分)

11:30～(30分)

17:30～(30分)

今月のアクティビティ

月 火 水 木 金 土 日

30	31	1 14:30 ★ヤマハマちかど エクササイズ 16:00 ボウリング	2 14:30 大人のぬりえ 16:00 パターゴルフ	3 14:30 ミニサッカー 16:00 ★健康リズム 体操	4 14:30 ★フラワーセラピー 【事前申し込み制】 16:00 カフェ・ ソナーレ	5 14:30 16:00 シネマ・ ソナーレ
6 14:30 ★水墨画教室 【事前申し込み制】 16:00	7 14:30 ★大人の 音楽リトミック 16:00 ピンポンカップ	8 14:30 ★陶芸教室 【事前申し込み制】 16:00 ミニバスケ	9 ヘアセットメイク 14:30 卓上ゲーム 16:00 ネイル& ハンドケア	10 14:30 間違い探し 16:00 ★ピラティス	11 14:30 ★フラワーセラピー 【事前申し込み制】 16:00 ハンドケア	12 14:30 テレビ脳トレ 16:00 カラオケ
13 14:30 スカットボール 16:00 カフェ・ ソナーレ	14 14:30 ★書道教室 16:00 シネマ・ ソナーレ	15 14:30 ★カルトナーージュ教室 【事前申し込み制】 16:00 シネマ・ ソナーレ	16 14:30 菅井さんの 音楽会 16:00 パターゴルフ	17 14:30 ストラック9 16:00 ★ハワイアン講座	18 フットリトメント 14:30 大人のぬりえ 16:00 ネイル& ハンドケア	19 14:30 16:00 シネマ・ ソナーレ
20 14:30 ペン習字 16:00 ピンポンカップ	21 14:30 ★大人の 音楽リトミック 16:00 ミニサッカー	22 14:30 ハンドケア 16:00 カフェ・ ソナーレ	23 14:30 テレビ脳トレ 16:00 ミニバスケ	24 14:30 テーブル カーリング 16:00 ★免疫力アップ 体操	25 14:30 間違い探し 16:00 スカットボール	26 14:30 佐藤さんの会 16:00 卓上ゲーム
27 14:30 ★ドッグセラピー 【事前申し込み制】 16:00 ★ボクササイズ	28 14:30 ★ソナーレ・ コンサート 16:00 ポッチャ	29 14:30 OTの脳トレ プログラム 16:00 カラオケ	30 14:30 来月の カレンダー制作 16:00 カフェ・ ソナーレ			

【お知らせ】

- ・28日はアコースティックギター演奏会です。春の曲を歌とともに楽しみください。
- ・他にも、好評の菅井さん音楽会やハワイアン講座など目白押しの内容となっています。是非ご参加ください！