SONARE

ソナーレ・アテリア久我山

今月のアクティビティ

5月

May 2025

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)

月	火	水	木	金	土	日
28	29	30	1 14:30 大人のぬりえ 16:00 パターゴルフ	2 14:30 OTの折り紙教室 16:00 ★健康ダンス体操	3 14:30 シネマ・ソナーレ 16:00 シネマ・ソナーレ	4 14:30 ボードゲーム 16:00 スカットボール
5 14:30 間違い探し 16:00 カラオケ	6 14:30 ★大人の音楽リトミック 16:00 ミニサッカー	7 14:30 ★ヤマハまちかどエクササイズ 16:00 ボウリング	8 ヘアセットメイク 14:30 OTの脳トレプログラム 16:00 テーブルカーリング	9 14:30 ペン習字 16:00 ★コーディネーション体操	10 14:30 ★フラワーセラピー【事前申し込み制】 16:00 ストラック９	11 14:30 ネイル＆ハンドケア 16:00 ネイル＆ハンドケア
12 14:30 ★書道教室 16:00 ミニバスケ	13 14:30 みっけるアート 16:00 ピンポンカップ	14 14:30 ★陶芸教室【事前申し込み制】 16:00 ストラック９	15 14:30 ★水墨画教室【事前申し込み制 】 16:00 ★水墨画教室【事前申し込み制 】	16 14:30 ★フラワーセラピー【事前申し込み制】 16:00 ★ハワイアン講座	17 ドライヘットスパ 14:30 大人のぬりえ 16:00 ネイル＆ハンドケア	18 14:30 シネマ・ソナーレ 16:00 シネマ・ソナーレ
19 14:30 脳トレ 16:00 ボッチャ	20 14:30 ★大人の音楽リトミック 16:00 ボードゲーム	21 14:30 ★カルトナージュ教室【事前申し込み制】 16:00 ボウリング	22 14:30 ネイル＆ハンドケア 16:00 ネイル＆ハンドケア	23 14:30 マリンバコンサート 16:00 ★心と体が動く体操	24 14:30 風船バレー 16:00 菅井さんの音楽会	25 14:30 OTのリハビリゲーム 16:00 カラオケ
26 14:30 ペン習字 16:00 ★ボクササイズ	27 14:30 パターゴルフ 16:00 来月のカレンダー制作	28 14:30 ソナーレキッチン 16:00 カフェ・ソナーレ	29 14:30 大人のぬりえ 16:00 佐藤さんの会	30 14:30 ★ドッグセラピー【事前申し込み制】 16:00 ★健康シニア体操	31 14:30 ★ドッグセラピー【事前申し込み制】 16:00 ネイル＆ハンドケア	1
2	3	4	5	6	7	8

★印のアクティビティは外部の講師が担当いたします。