



ソナーレ・アテリア久我山

11月

November 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)

今月のアクティビティ

月

火

水

木

金

土

日

		28	29	30	1 14:30 ★ドッグセラピー 【事前申し込み制】 16:00 スカットボール	2 14:30 OTの脳トレ プログラム 16:00 ミニサッカー
3 14:30 16:00 ★水墨画教室 【事前申し込み制】	4 14:30 ★大人の 音楽リトミック 16:00 カフェ・ ソナーレ	5 14:30 ★ヤマハまちかど エクササイズ 16:00 ハンドケア	6 14:30 ★フラワーセラピー 【事前申し込み制】 16:00 カラオケ	7 14:30 間違い探し 16:00 ★筋力アップ体操	8 14:30 ★フラワーセラピー 【事前申し込み制】 16:00 風船バレー	9 14:30 16:00 シネマ・ ソナーレ
10 14:30 ★書道教室 16:00 ポッチャ	11 14:30 テレビ脳トレ 16:00 ピンポンカップ	12 14:30 ★陶芸教室 【事前申し込み制】 16:00 ストラック9	13 14:30 ヘアセットメイク OTちぎり絵作成 16:00 ネイル＆ ハンドケア	14 14:30 ★フラワーセラピー 【事前申し込み制】 16:00 ★血流アップ体操	15 14:30 大人のぬりえ 16:00 ミニバスケット	16 14:30 ボードゲーム 16:00 カフェ・ ソナーレ
17 14:30 ★ドッグセラピー 【事前申し込み制】 16:00 パターゴルフ	18 14:30 ★大人の 音楽リトミック 16:00 ハンドケア	19 14:30 ★カルトナーージュ教室 【事前申し込み制】 16:00 ボウリング	20 14:30 菅井さんの 音楽会 16:00 カフェ・ ソナーレ	21 14:30 OTの脳トレ プログラム 16:00 ★ハワイアン講	22 14:30 テーブル カーリング 16:00 佐藤さんの会	23 14:30 16:00 シネマ・ ソナーレ
24 14:30 OTの リハビリゲーム 16:00 ★ボクササイズ	25 14:30 オーボエ コンサート 16:00 スカットボール	26 14:30 ミニバスケット 16:00 カラオケ	27 14:30 ネイル＆ ハンドケア 16:00 パターゴルフ	28 14:30 来月の カレンダー制作 16:00 ★免疫カアップ 体操	29 14:30 大人のぬりえ 16:00 ストラック9	30 14:30 ボードゲーム 16:00 ネイル＆ ハンドケア
1	2	3	☆展覧会のお知らせ☆ 例年恒例の【久我山展覧会】を、今年も開催いたします。 期間：17日（月）から24日（月）までの1週間。 会場：1階応接室 秋のひととき、作品とともにゆったりとした時間を過ごしていただけたら嬉しいです。 ぜひお越しください。			

★印のアクティビティは外部の講師が担当いたします。