



ソナーレ・アテリア久我山

7月

July 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

		1 14:30 ★ヤマハまちかど エクササイズ 16:00 ミニバスケットボール	2 ヘアセットメイク 14:30 OTの脳トレ プログラム 16:00 スカットボール	3 14:30 色彩サークル 16:00 ★筋力アップ体操	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 ビューティー・ソナーレ
6 14:30 16:00 ★水墨画教室 【事前申し込み制】	7 14:30 ★大人の音楽リトミック 16:00 七夕イベント	8 14:30 ★陶芸教室 【事前申し込み制】 16:00 カラオケ	9 14:30 間違い探し 16:00 ビューティー・ソナーレ	10 14:30 ストラック9 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 色彩サークル	12 14:30 16:00 シネマ・ソナーレ
13 14:30 ★書道教室 16:00 シネマ・ソナーレ	14 14:30 ビューティー・ソナーレ 16:00 カフェ・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 佐藤さんの会	17 14:30 ペン習字 16:00 ★ハワイアン講座	18 ドライヘッドスパ 14:30 OTの脳トレプログラム 16:00 ピンポンカップ	19 14:30 OT 監修 TV脳トレ 16:00 色彩サークル
20 14:30 16:00 ★久我山ブティック	21 14:30 ★大人の音楽リトミック 16:00 パターゴルフ	22 14:30 16:00 卓上ゲーム	23 フットリリートメント 14:30 色彩サークル 16:00 カフェ・ソナーレ	24 14:30 ミニサッカー 16:00 ★健康ダンス体操	25 14:30 16:00 ビューティー・ソナーレ	26 14:30 16:00 シネマ・ソナーレ
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 カフェ・ソナーレ	29 14:30 OT 監修 TV脳トレ 16:00 カラオケ	30 14:30 来月のカレンダー制作 16:00 ビューティー・ソナーレ	31 14:30 間違い探し 16:00 ★血流アップ体操		

★印のアクティビティは外部の講師が担当いたします。