

# 今月のアクティビティ



ソナーレ目白御留山

## 5月

May.2025

### OT監修の 集団体操

1階ダイニング

9:40~ (20分 OT対応)

11:00~ (15分間 OT対応)

14:50~ (10分間 CS対応)

ニコライズ

御留山 美容院

第1、第3水曜日

第2金曜日

赤色の文字は  
要予約、有料です



月	火	水	木	金	土	日
28	29	30	1 14:00 移動パン屋 移動スーパー 16:00 フラワー アレンジメント	2 14:00 OT主催 調理アクティビティ 16:00 太鼓の達人	3 14:00 脳トレ&クイズ 16:00 ST監修ボイトレ	4 14:00 YouTube体操 14:30 シネマ ソナーレ
5 14:00 ビンゴ大会 16:00 モルック	6 14:00 スマイルプログラム 16:00 椅子ヨガ教室	7 ヘアサロン ニコライズ 訪問美容 14:00 脳トレ&クイズ 16:00 ボッチャ	8 14:00 移動パン屋 移動スーパー 16:00 花ハナハーモニー	9 ヘアサロン ニコライズ 訪問美容 14:00 ドッグセラピー 16:00 健康フラダンス教室	10 14:00 テーブルゲーム 16:00 ボイトレ&歌の会	11 母の日イベント ケーキ バイキング
12 14:00 脳トレ&クイズ 16:00 歌の会	13 14:00 スマイルプログラム 16:00 歌声喫茶	14 ミライプロジェクト 介護美容 14:00 カードゲーム 16:00 ボウリング	15 14:00 移動パン屋 移動スーパー 16:00 フラワー アレンジメント	16 14:00 フランスエ芸 カルトナージュ 16:00 モルック	17 14:00 脳トレ&クイズ 16:00 ST監修ボイトレ	18 14:00 YouTube体操 14:30 シネマ ソナーレ
19 14:00 水彩画教室 16:00 ボッチャ	20 14:00 タンゴセラピー 16:00 椅子ヨガ教室	21 ヘアサロン ニコライズ 訪問美容 14:00 訪問洋服販売 田中ニット 16:00 歌声喫茶	22 14:00 移動パン屋 移動スーパー 16:00 花ハナハーモニー	23 ヘアサロン ぐーすか 脳マッサージ 14:00 テーブルゲーム 16:00 書道教室	24 14:00 美温活 フィットネス 16:00 ボイトレ&歌の会	25 14:00 YouTube体操 14:30 シネマ ソナーレ
26 14:00 茶話会 16:00 俳句教室	27 14:00 スマイルプログラム 16:00 椅子ヨガ教室	28 ミライプロジェクト 介護美容 14:00 Football de ソナーレ 16:00 健康フラダンス教室	29 14:00 移動パン屋 移動スーパー 16:00 ボウリング	30 14:00 OT主催 手芸クラブ 16:00 チェロ演奏会	31 14:00 カードゲーム 16:00 バリトンコンサート	