

# 今月のアクティビティ



ソナーレ目白御留山

## 6月

Jun.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
26	27	28	29	30	31	1 14:00 YouTube体操 14:30 シネマ ソナーレ
2 14:00 水彩画教室 16:00 モルック	3 14:00 スマイルプログラム 16:00 椅子ヨガ教室	4 <small>ヘアサロン ニコライズ 訪問美容</small> 14:00 <b>ビンゴ大会</b> 16:00 <b>ボッチャ</b>	5 14:00 移動パン屋 移動スーパー 16:00 <b>フラワーアレンジメント</b>	6 14:00 OT主催 調理アクティビティ 16:00 <b>健康フラダンス教室</b>	7 14:00 <b>美温活 フィットネス</b> 16:00 <b>ST監修ボイトレ</b>	8 14:00 YouTube体操 14:30 シネマ ソナーレ
9 14:00 脳トレ&クイズ 16:00 太鼓の達人	10 14:00 スマイルプログラム 16:00 歌声喫茶	11 <small>ミライプロジェクト 介護美容</small> 14:00 カードゲーム 16:00 <b>ボウリング</b>	12 14:00 移動パン屋 移動スーパー 16:00 <b>花ハナハーモニー</b>	13 <small>ヘアサロン ニコライズ 訪問美容</small> 14:00 工作クラブ セタ飾り作り 16:00 <b>モルック</b>	14 14:00 脳トレ&クイズ 16:00 <b>ボイトレ&amp;歌の会</b>	15 14:00 父の日イベント <b>スチールギター演奏会</b>
16 14:00 <b>タンゴセラピー</b> 16:00 <b>歌の会</b>	17 14:00 スマイルプログラム 16:00 椅子ヨガ教室	18 <small>ヘアサロン ニコライズ 訪問美容</small> 14:00 工作クラブ セタ飾り作り 16:00 <b>ボッチャ</b>	19 14:00 移動パン屋 移動スーパー 16:00 <b>フラワーアレンジメント</b>	20 14:00 <b>フランスエ芸 カルトナージュ</b> 16:00 <b>歌声喫茶</b>	21 14:00 工作クラブ セタ飾り作り 16:00 <b>ST監修ボイトレ</b>	22 14:00 YouTube体操 14:30 シネマ ソナーレ
23 14:00 <b>茶話会</b> 16:00 <b>俳句教室</b>	24 14:00 スマイルプログラム 16:00 椅子ヨガ教室	25 <small>ミライプロジェクト 介護美容</small> 14:00 Football de ソナーレ 16:00 <b>健康フラダンス教室</b>	26 14:00 移動パン屋 移動スーパー 16:00 <b>花ハナハーモニー</b>	27 <small>ヘアサロン ぐーすか 脳マッサージ</small> 14:00 OT主催 手芸クラブ 16:00 <b>書道教室</b>	28 14:00 カードゲーム 16:00 <b>バリトンコンサート</b>	29 <b>運営懇談会</b>
30 14:00 脳トレ&クイズ 16:00 <b>ボウリング</b>						