

今月のアクティビティ



ソナーレ目白御留山

8月

Aug.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	31	1	2	3
				14:00 OT主催 調理アクティビティ 16:00 ボッチャ	14:00 テーブルゲーム 16:00 ST監修ボイトレ	14:00 YouTube体操 14:30 シネマ ソナーレ
4	5	6 <small>ヘアサロン ニコライズ 訪問美容</small>	7	8 <small>ヘアサロン ニコライズ 訪問美容</small>	9	10
14:00 水彩画教室 16:00 モルック	14:00 スマイルプログラム 16:00 椅子ヨガ教室	14:00 脳トレ&クイズ 16:00 三味線演奏会	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	14:00 ビンゴ大会 16:00 健康フラダンス教室	14:00 美温活 フィットネス 16:00 ボイトレ&歌の会	14:00 YouTube体操 14:30 シネマ ソナーレ
11	12	13 <small>ミライプロジェクト 介護美容</small>	14	15	16	17
14:00 脳トレ&クイズ 16:00 太鼓の達人	15:00 Football de ソナーレ 16:00 歌声喫茶	14:00 カードゲーム 16:00 ボウリング	14:00 移動パン屋 移動スーパー 16:00 花ハナハーモニー	14:00 フランスエ芸 カルトナージュ 16:00 ボッチャ	14:00 脳トレ&クイズ 16:00 ST監修ボイトレ	14:00 YouTube体操 14:30 シネマ ソナーレ
18	19 <small>ヘアサロン ぐーすか 脳マッサージ</small>	20 <small>ヘアサロン ニコライズ 訪問美容</small>	21	22	23	24
14:00 カードゲーム 16:00 歌の会	14:00 タンゴセラピー 16:00 椅子ヨガ教室	14:30 訪問洋服販売 田中ニット 16:00 脳トレ&クイズ	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	14:00 脳トレ&クイズ 16:00 モルック	14:00 カードゲーム 16:00 ボイトレ&歌の会	11:00 祭 夏祭り
25	26	27 <small>ミライプロジェクト 介護美容</small>	28	29	30	31
14:00 茶話会 16:00 俳句教室	14:00 スマイルプログラム 16:00 椅子ヨガ教室	14:00 テーブルゲーム 16:00 健康フラダンス教室	14:00 移動パン屋 移動スーパー 16:00 花ハナハーモニー	14:00 OT主催 手芸クラブ 16:00 書道教室	14:00 脳トレ&クイズ 16:00 バリトンコンサート	14:00 YouTube体操 14:30 シネマ ソナーレ