



今月のアクティビティ

月 火 水 木 金 土 日

1	2	3	4	5	6	7
14:30 カラオケ	14:30 旅する気分で 椅子体操	14:30 LM監修脳トレ ～足し算ペアパズル～	14:30 OT監修 認知症予防トレーニング	14:30 色彩サークル ～風景と美しい花々～	14:30 1階テラスで 外気浴	14:30 LM監修脳トレ ペン習字
16:00 ヴァイオリン演奏会	16:00 テレビ紙芝居	16:00 OT元気の棒体操	16:00 世界の 風景めぐり	16:00 プレイケア 健康音楽講座	16:00 OT小宮監修 ホワイトボード脳トレ	16:00 椅子に座って 健康体操
8	9	10	11	12	13	14
14:30 陶芸教室	14:30 美温活フィットネス	14:30 カルトナーージュ教室	14:30 OT監修 認知症予防トレーニング	14:30 コンパスさんの お料理教室	14:30 色彩サークル ～日本の旅景色～	14:30 1階でテラスで 外気浴
15:45 陶芸教室	16:00 色彩サークル ～百人一首～	15:45 カルトナーージュ教室	16:00 音楽リトミック	16:00 OT元気の棒体操	16:00 OT小宮監修 ホワイトボード脳トレ	16:00 目と耳で楽しむ 椅子体操
15	16	17	18	19	20	21
14:30 椅子に座って 健康体操	14:30 LM監修脳トレ ペン習字	14:30 水墨画教室	14:30 書道教室	14:30 LM監修脳トレ ～4つの数字パズル～	14:30 1階テラスで 外気浴	14:30 シネマ・ソナーレ
16:00 色彩サークル ～海のファンタジー～	16:00 旅する気分で 椅子体操	16:00 OT元気の棒体操	16:00 OT小宮監修 ホワイトボード脳トレ	16:00 プレイケア 健康音楽講座	16:00 色彩サークル ～散歩道の花～	
22	23	24	25	26	27	28
14:30 ストラック9	14:30 OT監修 認知症予防トレーニング	14:30 フラワーセラピー 教室	14:30 LM監修脳トレ ペン習字	14:30 1階テラスで 外気浴	14:30 カラオケ	14:30 LM監修脳トレ ～日本地図～
16:00 OT元気の棒体操	16:00 目と耳で楽しむ 椅子体操	15:45 フラワーセラピー 教室	16:00 音楽リトミック	16:00 OT小宮監修 ホワイトボード脳トレ	16:00 太鼓演奏会	16:00 旅する気分で 椅子体操
29 ナイトアクティビティ	30			有料アクティビティのご案内		
14:30 1階テラスで 外気浴	14:30 バルーンラリー			<p>8日:陶芸教室 (外部講師対応)</p> <p>10日:カルトナーージュ教室 (外部講師対応)</p> <p>17日:水墨画教室 (外部講師対応)</p> <p>18日:書道教室 (外部講師対応)</p> <p>24日:フラワーセラピー教室 (外部講師対応)</p> <p>29日:ナイトアクティビティ (※スタッフ対応)</p>		
16:00 LM監修脳トレ ペン習字	16:00 OT元気の棒体操					

ソナーレ・アテリア大泉学園

6月 June 2026

**OT主催
全体セッション**
【場所】
1Fグランドダイニング
2Fサブダイニング
【時間】
10:30～ (20分間)
11:30～ (20分間)
17:30～ (20分間)
【内容】
OTによるライブor動画
で行う健康体操

