



今月のアクティビティ

月

火

水

木

金

土

日

ソナーレ・アテリア大泉学園

7月
July 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

		1	2	3	4	5
		14:30 色彩サークル	14:30 OT監修 認知症予防トレーニング 16:00 椅子に座って 健康体操	14:30 カラオケ 16:00 OT小宮監修 ホワイトボード脳トレ	14:30 1階テラスで 外気浴 16:00 OT監修脳トレ ペン習字	14:30 テーブルゲーム 16:00 OT元気の棒体操
6	7	8	9	10	11	12
14:30 LM監修脳トレ 16:00 ピアノ弾き語り 演奏会	14:30 色彩サークル 16:00 目と耳で楽しむ 椅子体操	14:30 テーブル カーリング 16:00 OT小宮監修 ホワイトボード脳トレ	14:30 OT監修 認知症予防トレーニング 16:00 音楽リトミック	14:30 コンパスさんのお料理教室 16:00 OT元気の棒体操	14:30 色彩サークル 16:00 旅する気分 で椅子体操	14:30 1階テラスで 外気浴 16:00 OT監修脳トレ ペン習字
13	14	15	16	17	18	19
14:30 陶芸教室 15:45 陶芸教室	14:30 テーブルゲーム 16:00 LM監修脳トレ	14:30 水墨画教室 16:00 OT元気の棒体操	14:30 書道教室 16:00 記憶の扉 ～ニュース映像による回想～	14:30 色彩サークル 16:00 OT監修脳トレ ペン習字	シネマ・ソナーレ	14:30 1階テラスで 外気浴 16:00 OT小宮監修 ホワイトボード脳トレ
20	21	22	23	24	25	26
14:30 LM監修脳トレ 16:00 椅子に座って 健康体操	海の日 14:30 カラオケ 16:00 LM監修脳トレ	14:30 フラワーセラピー 教室 15:45 フラワーセラピー 教室	14:30 OT監修 認知症予防トレーニング 16:00 音楽リトミック	14:30 暑中見舞い はがき作り教室 16:00 暑中見舞い はがき作り教室	14:30 目と耳で楽しむ 椅子体操 16:00 スチールパン 演奏会	14:30 カフェ・アテリア (2階サブダイニング)
27	28	29	30	31	有料アクティビティのご案内 13日:陶芸教室 15日:水墨画教室 16日:書道教室 22日:フラワーセラピー教室 24日:暑中見舞いはがき作り教室 26日:カフェ・アテリア	
14:30 ストラック9 16:00 OT元気の棒体操	14:30 色彩サークル 16:00 OT監修脳トレ ペン習字	14:30 旅する気分 で椅子体操 16:00 OT小宮監修 ホワイトボード脳トレ	14:30 OT監修 認知症予防トレーニング 16:00 椅子に座って 健康体操	14:30 テーブルゲーム 16:00 LM監修脳トレ		