



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

10月
October 2026

OT主催
全体向けセッション

【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
			14:30 OT監修 認知症予防トレーニング 16:00 OT元気の棒体操	14:30 爪切りDay 16:00 目と耳で楽しむ 健康体操	14:30 1階テラスで 外気浴 16:00 ペン習字	14:30 カラオケ 16:00 OT監修 脳トレ塗り絵
5	6	7	8	9	10	11
14:30 ストラック9 16:00 ヴィオラ演奏会	14:30 ジョイサウンド 健康体操 16:00 OT監修 ペン習字	14:30 カラオケ 16:00 OT元気の棒体操	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小宮監修 ホワイトボード脳トレ	14:30 ポッチャ 16:00 色彩サークル	14:30 椅子に座って 健康体操 16:00 LM監修 脳トレ
12	13	14	15	16	17	18
14:30 テーブルゲーム 16:00 OT元気の棒体操	14:30 パターゴルフ 16:00 色彩サークル	14:30 カルトナー・ジュ教室 15:45 カルトナー・ジュ教室	14:30 書道教室 16:00 旅する気分で 健康体操	14:30 1階テラスで 外気浴 16:00 OT監修 ペン習字	14:30 爪切りDay 16:00 OT監修 脳トレぬりえ	14:30 シネマ・ソナーレ
19	20	21	22	23	24	25
14:30 陶芸教室 15:45 陶芸教室	14:00 1階テラスで 外気浴 16:00 OT監修 ペン習字	14:30 水墨画教室 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 色彩サークル 16:00 OT元気の棒体操	14:30 ストラック9 16:00 ギター演奏会	14:30 カフェ・アテリア
26	27	28	29	30	31	
14:30 パターゴルフ 16:00 色彩サークル	14:30 オペラコンサート 16:00 OT小宮監修 ホワイトボード脳トレ	14:30 フラワーセラピー教室 16:00 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 目と耳で楽しむ 健康体操	14:30 爪切りDay 16:00 OT元気の棒体操	14:30 テーブルゲーム 16:00 OT監修 ペン習字	