

ナイトアクティビティ

good night and sweet dreams

月

火

水

木

金

土

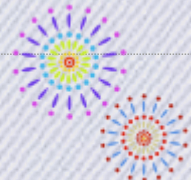
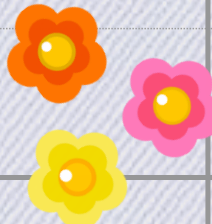
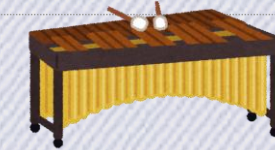
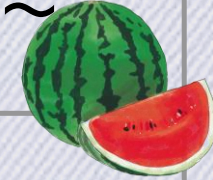
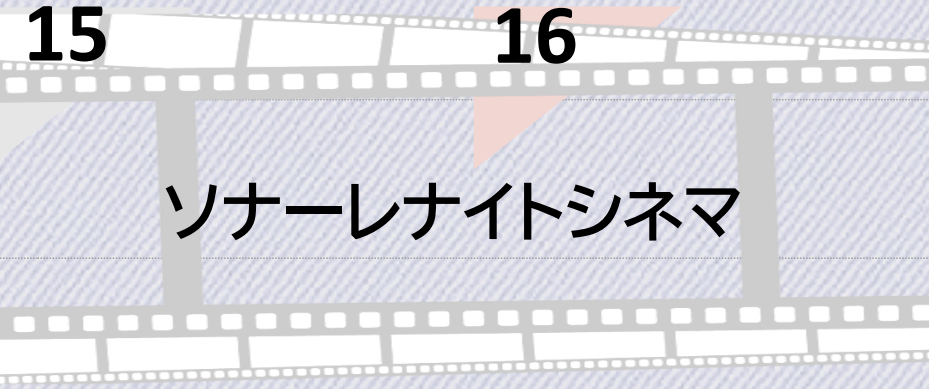
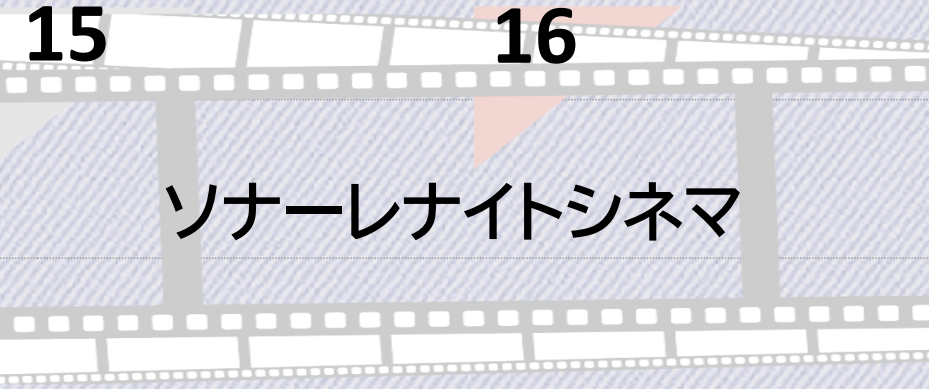
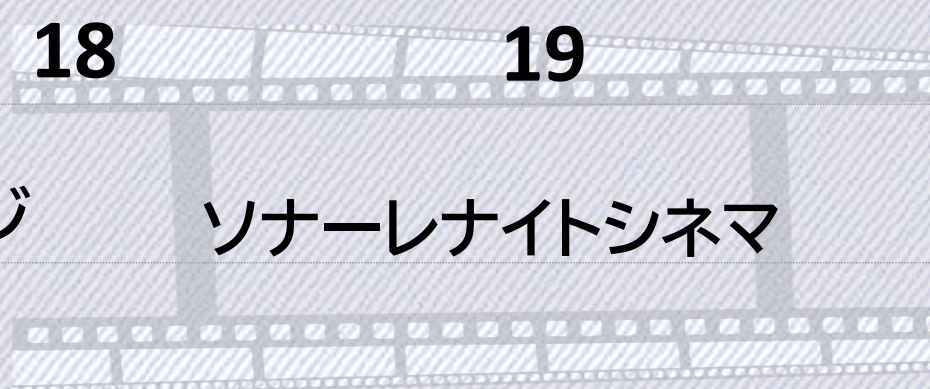
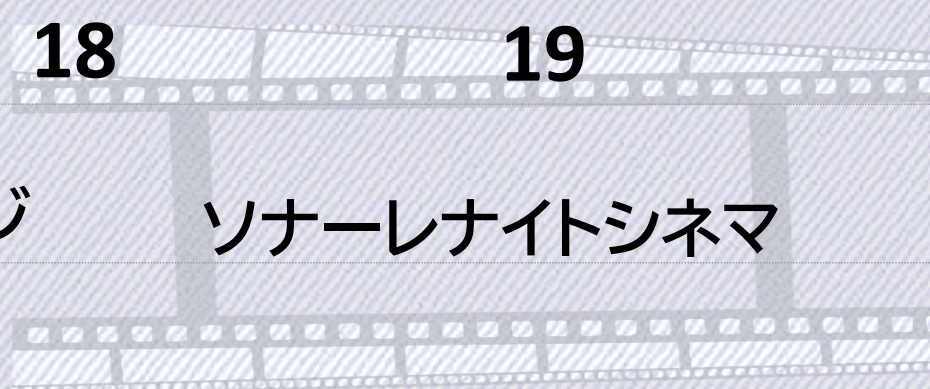
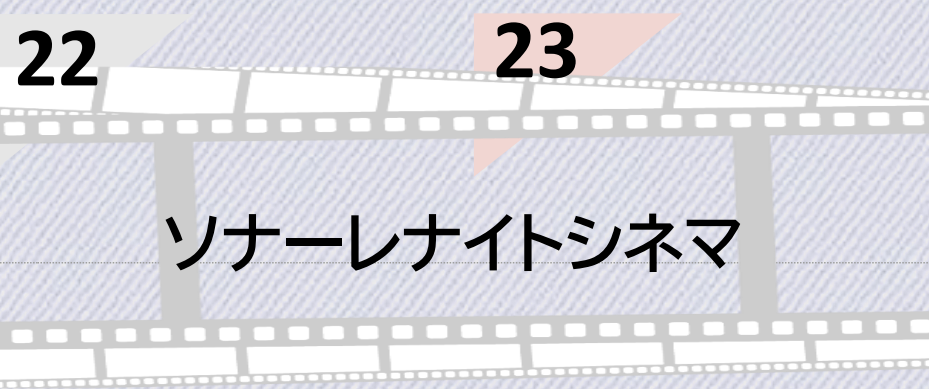
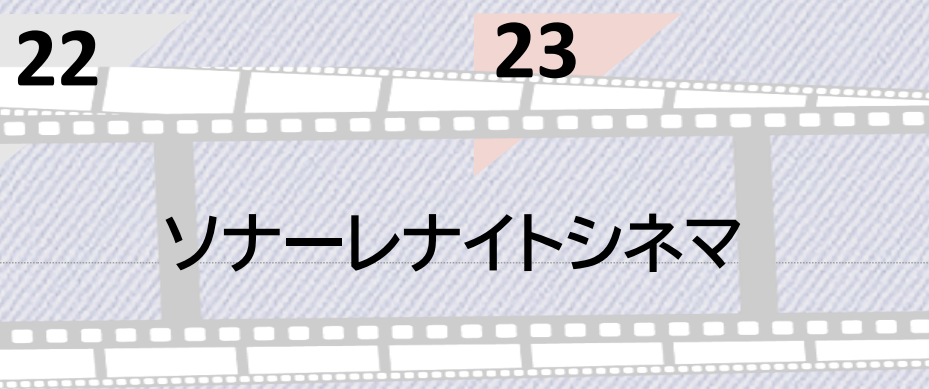
日



ソナーレ杉並上井草

8月

2026 August

					1 夜空の会 	2 ナイトストレッチ (映像) 
3 ～憩いの時間～ ・ナイトカジノ ・カフェ ・麻雀 	4 OT尾上の フラワーモール 	5 ナイトカフェ 	6 合唱 	7 トランプ 	8 マリンバ コンサート 	9 カラオケ 
10 OT中出の ナイトヨガ 	11 足浴 	12 ナイトカジノ 	13 有料:旬の果物 を食べよう ～スイカ～ 	14 編み物 	15 ソナーレナイトシネマ 	16 ソナーレナイトシネマ 
17 ～憩いの時間～ ・ハンドマッサージ ・ナイトヨガ ・足浴 	18 ソナーレナイトシネマ 	19 ソナーレナイトシネマ 	20 トランプ 	21 カラオケ 	22 ソナーレナイトシネマ 	23 ソナーレナイトシネマ 
24 ～憩いの時間～ ・シールアート ・カフェ ・習字 	25 足浴 	26 ナイトカジノ 	27 合唱 	28 トランプ 	29 ナイトストレッチ (映像) 	30 脳トレ 
31 ナイトカフェ 						