



ソナーレ浦和

11月

November 2025

2階テラス
開放（希望時）

10：00～（60分）

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～（30分間）
11:30～（30分間）
17:00～（30分間）

【内容】
OTによるライブor動画
で行う健康体操

毎週土曜日
整容の日

今月のアクティビティ

月

火

水

木

金

土

日

					1 13:30 五感セラピー フットケア（有料） 14:30 「はじめてのお使い」鑑賞 15:30 五感セラピー フットケア（有料） 16:00 「はじめてのお使い」鑑賞	2 14:30 体調管理の日 16:00 体調管理の日
3 14:30 俳句の会（2階） 秋の歌メドレー（映像 1階） 16:00 カラオケ	4 14:30 体調管理の日 16:00 体調管理の日	5 14:30 リラックスティータイム～午後のお茶会～ 16:00 リラックスティータイム～午後のお茶会～	6 14:30 文化祭	7 14:30 土橋先生の音楽療法 16:00 コーラス	8 14:00 アートセラピー 14:30 時代劇（映像） 15:30 アートセラピー 16:00 時代劇（映像）	9 14:30 ドッグセラピー 16:00 平成昭和歌謡（映像）
10 14:30 日本舞踊の会 16:00 オンライン観光	11 14:30 工作倶楽部 16:00 工作倶楽部	12 14:30 リラックスティータイム～午後のお茶会～ 16:00 リラックスティータイム～午後のお茶会～	13 14:30 フルートコンサート 16:00 落語鑑賞会（映像）	14 14:30 みんなで考える脳トレ 16:00 すわトレ（映像）	15 13:30 五感セラピー フットケア（有料） 14:30 日本の紅葉（映像） 15:30 五感セラピー フットケア（有料） 16:00 日本の紅葉（映像）	16 14:30 美温活フィットネス 16:00 大人の塗り絵
17 14:30 フラワーアレンジメント（事前申込 有料） 16:00 カードゲーム	18 14:30 平成昭和歌謡（映像） 16:00 コーラス	19 14:30 誕生日お茶会 16:00 誕生日お茶会	20 14:30 ボーカルレッスン（有料） 16:00 オンライン観光	21 14:30 みんなで考える脳トレ 16:00 秋の歌体操（映像）	22 14:00 アートセラピー 14:30 まんが日本昔話（映像） 15:30 アートセラピー 16:00 まんが日本昔話（映像）	23 14:30 シネマソナーレ 16:00 シネマソナーレ
24 14:30 カルトナージュ（事前申込 有料） 16:00 ビデオコンサート～オーケストラ上映～	25 14:30 工作倶楽部 来月のカレンダー作り 16:00 工作倶楽部 来月のカレンダー作り	26 14:30 リラックスティータイム～午後のお茶会～ 16:00 リラックスティータイム～午後のお茶会～	27 14:30 訪問洋服販売 16:00 大人の塗り絵	28 14:30 工作倶楽部 来月のカレンダー作り 16:00 工作倶楽部 来月のカレンダー作り	29 14:30 シャンソン歌手（映像） 16:00 シャンソン歌手（映像）	30 14:30 ギターコンサート 16:00 コーラス