



ソナーレ浦和

12月

December 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 14:30 俳句の会（2階） 14:30 冬の曲メドレー（映像）（1階） 16:00 大人の塗り絵	2 14:30 体調管理の日 16:00 体調管理の日	3 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～	4 14:30 体調管理の日 16:00 体調管理の日	5 14:30 クリスマスツリー飾り付け 16:00 クリスマスツリー飾り付け	6 14:00 五感セラピー（2階）フットケア（有料） 14:30 日本の冬景色（映像） 15:30 五感セラピー（2階）フットケア（有料） 16:00 日本の冬景色（映像）	7 14:30 工作倶楽部 16:00 工作倶楽部
8 14:30 日本舞踊の会 16:00 カラオケ	9 14:30 シネマ・ソナーレ 16:00 シネマ・ソナーレ	10 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～	11 14:30 フルートコンサート 16:00 落語鑑賞会（映像）	12 14:30 みんなで考える脳トレ 16:00 コーラス	13 14:30 コーラス（2階） 16:00 コーラス（2階）	14 14:30 ピアノコンサート 16:00 童謡歌唱
15 14:30 フラワーアレンジメント（事前申込 有料） 16:00 オンライン観光	16 14:30 工作倶楽部 16:00 工作倶楽部	17 14:30 誕生日お茶会 16:00 誕生日お茶会	18 14:30 ボーカルレッスン（有料） 16:00 コーラス	19 14:30 バリトンコンサート 16:00 童謡歌唱	20 14:00 五感セラピー（2階）フットケア（有料） 14:30 冬歌メドレー（映像） 15:30 五感セラピー（2階）フットケア（有料） 16:00 冬歌メドレー（映像）	21 14:30 美温活ストレッチ（有料） 16:00 大人の塗り絵
22 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～	23 14:30 みんなで考える脳トレ 16:00 コーラス	24 14:30 クリスマス会	25 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～	26 14:30 茶道の会 16:00 落語鑑賞会（映像）	27 14:30 動物の癒し映像 16:00 動物の癒し映像	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 シネマ・ソナーレ 16:00 シネマ・ソナーレ	30 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	31 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～				