



ソナーレ浦和

2月

February 2026

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 体調管理の日 16:00 体調管理の日
2 14:30 俳句の会 (2階) 14:30 動物の癒し映像 16:00 (1階) 大人の塗り絵	3 14:30 節分豆まき 16:00 コーラス	4 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～	5 14:30 体調管理の日 16:00 体調管理の日	6 14:30 土橋先生の音楽療法 16:00 みんなで考える 脳トレ	7 14:30 コンサート (映像) 16:00 コンサート (映像)	8 14:30 工作倶楽部 16:00 工作倶楽部
9 14:30 日本舞踊の会 16:00 コーラス	10 14:30 シネマ・ソナーレ 16:00 シネマ・ソナーレ	11 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～	12 14:30 フルートコンサート 16:00 昭和ヒットソング (映像)	13 14:30 ボウリング大会 16:00 オンライン観光	14 14:30 動物の癒し映像 16:00 動物の癒し映像	15 14:30 美温活フィットネス (有料) 16:00 落語鑑賞会 (映像)
16 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	17 14:30 みんなで考える 脳トレ 16:00 コーラス	18 14:30 誕生日お茶会 16:00 誕生日お茶会	19 14:30 お歌のレッスン (有料) 16:00 大人の塗り絵	20 14:30 バリトンコンサート 16:00 童謡歌唱	21 14:30 日本の冬映像 16:00 日本の冬映像	22 14:30 工作倶楽部 16:00 工作倶楽部
23 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～	24 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	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 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	27 14:30 三味線奏会 16:00 コーラス	28 14:30 ドッグセラピー 16:00 コンサート (映像)	