



ソナーレ浦和

5月

Apr.2026

開催時間

第一部(映像)

18:30~19:00

第二部

19:00~19:30

火曜日

水曜日

19:00~20:00

リンパマッサージ

瞑想ヨガ

19:30~20:30

開催場所

2階ダイニング

ナイトアクティビティカレンダー



日	月	火	水	木	金	土
				4/30	1	2
					18:30 癒しの音楽会	18:30 リラックス体操
					19:00 ミニコーラス	19:00 カードゲーム
3	4	5	6	7	8	9
18:30 リラックス体操	18:30 癒しの音楽	18:30 朗読	18:30 癒しの音楽	18:00 朗読	18:30 癒しの音楽会	18:30 リラックス体操
19:00 ミニナイトカフェ	19:00 リラクゼーション ハンドマッサージ	19:00 カードゲーム	19:00 笑いの時間	19:30 OT監修 瞑想ヨガ	19:00 ミニコーラス	19:00 カードゲーム
10	11	12	13	14	15	16
18:30 リラックス体操	18:30 癒しの音楽	18:30 朗読	18:30 癒しの音楽	18:30 朗読	18:30 癒しの音楽会	18:30 リラックス体操
19:00 ミニナイトカフェ	19:00 OT監修 セルフリンパ マッサージ	19:00 コーラス	19:00 リラクゼーションタイム 癒しの足浴	19:00 ミニコーラス	19:00 ビューティーソナーレ ハンドマッサージ	19:00 カードゲーム
17	18	19	20	21	22	23
18:30 リラックス体操	18:30 癒しの音楽	18:30 朗読	19:30 癒しの音楽	18:30 朗読	18:30 癒しの音楽会	18:30 リラックス体操
19:00 ミニナイトカフェ	19:00 ミニコーラス	19:00 ビューティーソナーレ ネイルケア	ナイトカフェ	19:15 スナック ニュームーン	19:00 ロジックラボ 石田OT監修脳トレ	19:00 カードゲーム
24	25	26	27	28	29	30
18:30 リラックス体操	18:30 癒しの音楽	18:30 朗読	18:30 ナイトコンサート	18:30 朗読	18:30 癒しの音楽	18:30 リラックス体操
19:00 ミニナイトカフェ	19:30 OT監修 セルフリンパ マッサージ	19:00 ミニコーラス	19:00 IF グランドダイニング	19:30 OT監修 瞑想ヨガ	19:00 ナイトドラマ	19:00 カードゲーム
31	6/1			コンサート		
18:30 リラックス体操				開催:1Fグランドダイニング		
19:00 ミニナイトカフェ				時間:19:30~20:30		

