

# 今月のアクティビティ



ソナーレ浦和

## 7月

July.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

日 月 火 水 木 金 土

日	月	火	水	木	金	土
			1 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~	2 14:30 トロンボーンコンサート 16:00 オンライン観光	3 14:30 体調管理の日 16:00 体調管理の日	4 ミライプロジェクト 介護美容 14:30 体調管理の日 16:00 体調管理の日
5 14:30 夏祭り装飾作り 16:00 夏祭り装飾作り	6 14:30 俳句の会 (2階) 童謡歌唱 (1階) 16:00 ワールドカップ サッカー観戦 前半	7 ヘアサロン エルターレ 訪問美容 14:30 堤灯絵付け 16:00 ワールドカップ サッカー観戦 後半	8 14:30 七夕お茶会 16:00 七夕お茶会	9 14:30 フルーツコンサート 16:00 動物癒しの映像	10 14:30 編み物倶楽部 (予約制) 16:00 コーラス	11 14:30 絵手紙 (予約制) 16:00 夏の歌体操 (映像)
12 14:30 ピアノ脳トレ 16:00 トランプ	13 14:30 日本舞踊の会 16:00 坊主めくり	14 ヘアサロン ニコライズ 訪問美容 14:30 組みひも教室 (副ホーム長監修) 16:00 オンライン観光	15 14:30 誕生日お茶会	16 14:30 歌のレッスン 16:00 童謡歌唱	17 14:30 茶道の会 16:00 コーラス	18 ミライプロジェクト 介護美容 14:30 シネマ・ソナーレ 16:00 シネマ・ソナーレ
19 14:30 美音活フィットネス 16:00 水戸黄門 (映像)	20 14:30 フラワーアレンジメント (予約制) 16:00 みんなで考える 脳トレ	21 ヘアサロン エルターレ 訪問美容 14:30 料理教室 16:00 夏祭り装飾作り	22 ヘアサロン ニコライズ 訪問美容 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~	23 14:30 ピアノコンサート 16:00 カードゲーム	24 14:30 ピラティス 16:00 オンライン観光	25 14:30 みんなで考える 脳トレ 16:00 コーラス
26 14:30 ポウリング 16:00 夏祭り装飾作り	27 14:30 カルトナーージュ (予約制) 16:00 コーラス	28 14:30 チェアヨガ 16:00 コンサート映像	29 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~	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 編み物倶楽部 (予約制) 16:00 青森ねぶた祭り (映像)	

無償アクティビティ: 黒字  
有償アクティビティ: 赤字