



ソナーレ浜田山

# 今月のアクティビティ

月 火 水 木 金 土 日

## 4月

April 2025

昼食前・夕食前に『食前体操』がダイニングでございます。

※赤字のものは外部講師によるアクティビティとなります

※緑字のものは有料アクティビティ(予約制)となります。

30	1	2	3	4	5	6
	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 シネマ ソナーレ 16:00	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 フラワーアレンジメント① 16:00 OT体操	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 絵手紙教室 (飾る用) 16:00 テーブルゲーム	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 プレイケア ~ハワイアン講座~ 16:00 ネイルクリッパー	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 お歌のレッスン 16:00 リズム体操	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 料理教室 16:00
7	8	9	10	11	12	13
10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 プレイケア ~プレイケア体操~ 16:00 脳トレ・数独	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 アロママッサージ 16:00 書道教室	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 テーブルゲーム 16:00 OT体操	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 訪問エステ ネイル 16:00	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 俳句の会 16:00 プレイケア ~健康音楽講座~	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 社交ダンス 16:00 ネイルクリッパー	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 シネマ ソナーレ 16:00
14	15	16	17	18	19	20
10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 プレイケア ~プレイケア体操~ 16:00 脳トレ・数独	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 訪問エステ フェイシャル 16:00	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 フラワーアレンジメント② 16:00 OT体操	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 春のものづくり (小鳥とお花) 16:00 バリトンコンサート	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 プレイケア ~健康ダンス講座~ 16:00 ネイルクリッパー	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 絵画教室 16:00 リズム体操	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 美温活フィットネス 16:00 紙風景
21	22	23	24	25	26	27
10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 プレイケア ~フラダンス講座~ 16:00 脳トレ・数独	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 アロママッサージ 16:00 OT体操	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 陶芸教室 16:00	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 絵手紙教室 (送る用) 16:00 テーブルゲーム	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 プレイケア ~健康音楽講座~ 16:00 ネイルクリッパー	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 アート倶楽部 16:00	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 Birthday Party ~サクセス~ 16:00
28	29 昭和の日	30	1	2	3	4
10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 プレイケア ~プレイケア体操~ 16:00 脳トレ・数独	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 モルック 16:00	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 シネマ ソナーレ 16:00				
5	6	7	8	9	10	11

