



ソナレ浜田山

5月

May 2024

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。

今月のアクティビティ

月 火 水 木 金 土 日

29	30	1	2	3	4	5
		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① (飾る用) 16:00 運動会準備	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 ブレイクア ~コーディネーション体操~ 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 運動会準備	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 社交ダンス 16:00 運動会準備
6 振替休日	7	8	9	10	11	12
10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 ブレイクア ~ブレイクア体操~ 16:00 脳トレ・数独	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 落語鑑賞 (DVD) 16:00	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 ブレイクア ~音楽健康~ 16:00 ネイルクリッパー	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 俳句の会 訪問エステ (ネイル) 16:00	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 ボウリング 16:00 紙風景	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 シネマソナレ 16:00
13	14	15	16	17	18	19
10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 新入社員からご提案!! スペシャルアクティビティ 16:00	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 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 園芸クラブ (赤紫蘇栽培) 16:00 バリトンコンサート	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 ブレイクア ~ブレイクア体操~ 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 春の大運動会 16:00
20	21	22	23	24	25	26
10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 ブレイクア ~コーディネーション体操~ 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 陶芸教室 16:00	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 絵手紙教室② (送る用) 16:00 ボウリング	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 ブレイクア ~音楽健康~ 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 誕生日会 ミニコンサート 地歌演奏 16:00
27	28	29	30	31	1	2
10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 ブレイクア ~ブレイクア体操~ 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 OT体操 パート2	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 シネマソナレ 16:00	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 お花摘み (屋上開放) 16:00 アクリル画	10:00 健康体操 (1F/2F) 14:00 ブレイクア ~ブレイクア体操~ 16:00 ネイルクリッパー		
3	4	5	6	7	8	9

