



ソナーレ浜田山

8月 August 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	31	1	2	3	4
			10:00 健康体操 (2F/4F) 14:00 絵手紙教室 (飾る用) 16:00 フットバス	10:00 健康体操 (2F/4F) 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 (2F/4F) 14:00 お歌のレッスン 16:00 折り紙教室	10:00 健康体操 (2F/4F) 14:00 料理教室 16:00
5	6	7	8	9	10	11
10:00 健康体操 (2F/4F) 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 (2F/4F) 14:00 美腸活フィットネス 16:00 合唱	10:00 健康体操 (2F/4F) 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 (2F/4F) 14:00 訪問エステ (ネイル) 16:00	10:00 健康体操 (2F/4F) 14:00 俳句の会 16:00 プレイケア ~音楽健康講座~	10:00 健康体操 (2F/4F) 14:00 モルック大会 16:00	振替休日 10:00 健康体操 (2F/4F) 14:00 シネマ ソナーレ 16:00
12	13	14	15	16	17	18
振替休日 10:00 健康体操 (2F/4F) 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 (2F/4F) 14:00 アロママッサージ 16:00 書道	10:00 健康体操 (2F/4F) 14:00 モルック 16:00 OT体操	10:00 健康体操 (2F/4F) 14:00 手浴 16:00 バリトンコンサート	10:00 健康体操 (2F/4F) 14:00 プレイケア ~体操~ 16:00 ネイルクリッパー	10:00 健康体操 (2F/4F) 14:00 絵画教室 16:00 合唱	10:00 健康体操 (2F/4F) 14:00 モルック 16:00 紙風景
19	20	21	22	23	24	25
10:00 健康体操 (2F/4F) 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 (2F/4F) 14:00 訪問エステ (フェイシャル) 16:00	10:00 健康体操 (2F/4F) 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 (2F/4F) 14:00 絵手紙教室 (送る用) 16:00 敬老会のお花作り	10:00 健康体操 (2F/4F) 14:00 プレイケア ~音楽健康講座~ 16:00 ネイルクリッパー	10:00 健康体操 (2F/4F) 14:00 アート倶楽部 16:00	10:00 健康体操 (2F/4F) 14:00 Birthday Party 16:00 チェロとピアノコンサート
26	27	28	29	30	31	1
10:00 健康体操 (2F/4F) 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 (2F/4F) 14:00 アロママッサージ 16:00 OT体操	10:00 健康体操 (2F/4F) 14:00 陶芸教室 16:00	10:00 健康体操 (2F/4F) 14:00 アクリル画教室 16:00 フットバス	10:00 健康体操 (2F/4F) 14:00 プレイケア ~コーディネーション体操~ 16:00 フットバス	10:00 健康体操 (2F/4F) 14:00 シネマ ソナーレ 16:00	
2	3	4	5	6	7	8

