



ソナーレ駒沢公園

9月

September 2024

OT監修の
専門体操

1階グランドダイニング

11:00～(30分)

17:30～(30分)

【訪問理美容】

1階ビューティールーム

9/9(月)

9/27(金)

9/30(月)

今月のアクティビティ

月 火 水 木 金 土 日

26	27	28	29	30	31	1
						14:30 カルトナーージュ教室 【事前申し込み制】 15:45 ストラック9
2 14:30 パターゴルフ 15:45 テーブルゲーム	3 19:00 ヒーリングヨガ 14:30 スカットボール 15:45 土橋先生の STボイストレーニング	4 19:00 カードゲーム 14:30 テーブル カーリング 15:45 紙と手で作る 組上絵	5 Beauty Day 14:30 折り紙 15:45 コーラス練習	6 19:00 リラクゼーションダイニング 14:30 カラオケ 15:45 プレイケア体操	7 19:00 夜のティータイム 14:30 スクラッチ アート 15:45 ソナーレ・コンサート マリンバ演奏会	8 19:00 ナイトシアター 14:30 薄葉さんの 麻雀教室 15:45 ガーデニング
9 14:30 ボーリング 15:45 フラワー アレンジメント	10 19:00 リラクゼーションダイニング 14:30 リハブレ 15:45 土橋先生の 歌の会&ボイストレーニング	11 19:00 天体観測 14:30 シネマ・ ソナーレ 15:45 シネマ・ ソナーレ	12 14:30 ネイル& ハンドケア 15:45 鈴木先生の 工芸教室	13 19:30 ナイトコンサート 14:30 硬筆書道 15:45 プレイケア体操	14 19:00 映画ストレッチ 14:30 コーラス練習 15:45 ボクササイズ	15 19:00 カードゲーム 14:30 コーラス練習 15:45 バルーン パレー
16 Beauty Day 敬老の日 14:30 敬老祝賀会 15:45 敬老祝賀会	17 19:00 お月見 中秋の名月 14:30 来月の カレンダー作り 15:45 土橋先生の STボイストレーニング	18 19:00 夜のティータイム 14:30 テーブル ゲーム 15:45 ポッチャ	19 19:00 リラクゼーションダイニング 14:30 毛筆書道 15:45 国立音楽院の 大人の音楽リトミック	20 14:30 大人の塗り絵 15:45 プレイケア体操	21 19:00 ナイトシアター 14:30 Dカフェ・ 駒沢公園 15:45 Dカフェ・ 駒沢公園	22 秋分の日 14:30 ガーデニング 15:45 カラオケ
23 振替休日 14:30 外気浴 15:45 フラワー アレンジメント	24 14:30 OT吉田さんの 介護予防セミナー 15:45 土橋先生の バリトンコンサート	25 19:00 Night Bar 14:30 シネマ・ ソナーレ 15:45 シネマ・ ソナーレ	26 14:30 リハブレ 15:45 ボクササイズ	27 14:30 ネイル& ハンドケア 15:45 プレイケア体操	28 14:30 薄葉さんの 麻雀教室 15:45 ソナーレ・コンサート	29 14:30 ミニサッカー 15:45 カードゲーム
30 14:30 ちぎり絵 15:45 ポッチャ	1	2	3	4	5	6

