



ソナーレ目白御留山

2月

Feb.2025

今月のアクティビティ

OT監修の 集団体操

1階ダイニング

9:40~ (20分 OT対応)
11:00~ (15分間 OT対応)
14:50~ (10分間 CS対応)

ニコライズ

御留山 美容院

第1、第3水曜日

第2金曜日

赤色の文字は
要予約、有料です



月	火	水	木	金	土	日
27	28	29	30	31	1 14:00 脳トレ&クイズ 16:00 ボイトレ&歌の会	2 14:00 節分イベント 16:00 YouTube体操
3 14:00 脳トレ&クイズ 16:00 太鼓の達人	4 14:00 スマイルプログラム 16:00 椅子ヨガ教室	5 <small>ヘアサロン ニコライズ 訪問美容</small> 14:00 カードゲーム 16:00 ボッチャ	6 14:00 移動パン屋 移動スーパー 16:00 フラワーアレンジメント	7 14:00 脳トレ&クイズ 16:00 ボウリング	8 ^{2F} 14:00 サブダイニング テーブルゲーム 16:00 ST監修ボイトレ	9 14:00 YouTube体操 16:00 クラリネットコンサート
10 14:00 脳トレ&クイズ 16:00 モルック	11 <small>調理</small> 14:00 アクティビティ フルーツポンチ 16:00 歌声喫茶	12 <small>ミライプロジェクト 介護美容</small> 14:00 Football de ソナーレ 15:30 カードゲーム	13 14:00 移動パン屋 移動スーパー 16:00 花ハナハーモニー	14 <small>ヘアサロン ニコライズ 訪問美容</small> 14:00 カードゲーム 16:00 健康フラダンス教室	15 14:00 脳トレ&クイズ 16:00 ボイトレ&歌の会	16 14:00 YouTube体操 14:30 シネマ ソナーレ
17 14:00 タンゴセラピー 16:00 歌の会	18 14:00 スマイルプログラム 16:00 椅子ヨガ教室	19 <small>ヘアサロン ニコライズ 訪問美容</small> 14:00 脳トレ&クイズ 16:00 ボッチャ	20 14:00 移動パン屋 移動スーパー 16:00 フラワーアレンジメント	21 14:00 フランスエ芸 カルトナージュ 16:00 モルック	22 14:00 テーブルゲーム 16:00 ST監修ボイトレ	23 14:00 YouTube体操 14:30 シネマ ソナーレ
24 14:00 美温活 フィットネス 16:00 俳句教室	25 <small>ヘアサロン ぐーすか 脳マッサージ</small> 14:00 スマイルプログラム 16:00 歌声喫茶	26 <small>ミライプロジェクト 介護美容</small> 14:00 カードゲーム 16:00 健康フラダンス教室	27 14:00 移動パン屋 移動スーパー 16:00 花ハナハーモニー	28 14:00 りんご専門店 いちりんご 訪問販売 16:00 書道教室	1	2
3	4	5	6	7	8	9