



ソナレ祖師ヶ谷大蔵

8月  
August 2024

食前体操

午前 10:50

午後 5:00

●アクティビティ

午後 2:00

午後 4:00

1階 グランドダイニング

★外部講師

◆有料アクティビティ

# 今月のアクティビティ

毎年恒例、納涼祭を行います！

月 火 水 木 金 土 日

※今月の 社交ダンスは お休みです			1 14:00 座って踊れる フラダンス 16:00 ★音楽リトミック	2 14:00 作業療法士の 塗り絵 16:00 ミニサッカー	3 14:00 七色エクササイズ 16:00 スリッパダーツ	4 14:00 みんなでカラオケ 16:00 りらくの日①			
※6日は 2階で行います			8 14:00 座って踊れる フラダンス 16:00 ★豊田さんの 音楽療法	9 14:00 みんなでカラオケ 16:00 ★鈴木先生の 椅子ヨガ教室	10 14:00 作業療法士の ペン習字 16:00 りらくの日②	11 14:00 シネマ・ ソナレ			
5 14:00 歌って踊ろう会 16:00 ミニバスケ	6*2階ダイニング 14:00 ごぼう先生の 体操(動画) 16:00 ジェンガ	7 14:00 作業療法士の 脳トレ 16:00 ◆水墨画教室	12 海の日 14:00 フラワー アレンジメント 16:00 みんなでカラオケ	13 14:00 作業療法士の 間違い探し 16:00 ミニサッカー	14 14:00 七色エクササイズ 16:00 パターゴルフ	15 14:00 歌って踊ろう会 16:00 テーブルカーリング	16 14:00 作業療法士の OTゲーム 16:00 ポッチャ	17 14:00 ごぼう先生の 体操(動画) 16:00 ビリヤード	18 14:00 みんなでカラオケ 16:00 りらくの日③
19 14:00 作業療法士の 塗り絵 16:00 ストラックアウト	20 14:00 座って踊れる フラダンス 16:00 ボウリング	21 14:00 みんなでカラオケ 16:00 ミニバスケ	22 14:00 七色エクササイズ 16:00 ★豊田さんの 音楽療法	23 14:00 ソナレ祖師ヶ谷大蔵 16:00 納涼祭	24 14:00 作業療法士の 脳トレ 16:00 りらくの日④	25 14:00 シネマ・ ソナレ			
26 14:00 ★ボクササイズ 16:00 フライングリング	27 14:00 作業療法士の ペン習字 16:00 スリッパダーツ	28 14:00 歌って踊ろう会 16:00 永井さんの 工作教室	29 14:00 みんなでカラオケ 16:00 ポッチャ	30 14:00 作業療法士の OTゲーム 16:00 ストラックアウト	31 14:00 ごぼう先生の 体操(動画) 16:00 久保さんの 歌声サークル				