

# 東急ウェリナケア尾山台

## アクティビティカレンダー (3階)

十一月  
—  
霜月

二〇二六年

| 日                    | 月                                     | 火                                                                                                                                      | 水                                           | 木             | 金                                          | 土                                              |
|----------------------|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|---------------|--------------------------------------------|------------------------------------------------|
| 1<br>やすらぎの<br>ハンドケア  | 2<br>リズム体操                            | 3<br>おさんぽ外気浴<br>＋歌の会                                                                                                                   | 4<br>フレアス体操♪<br>(健康体操)                      | 5<br>脳トレーニング  | 6<br>音楽療法<br>～Music Therapy～               | 7<br>リラックス<br>足浴                               |
| 8<br>やすらぎの<br>ハンドケア  | 9<br>リハビリダンス♪<br>(歌とリズム体操)            | 10<br>おさんぽ外気浴<br>＋歌の会                                                                                                                  | 11<br>ゆるり体操<br>＋シャボン<br>ラッピングケア<br>(有料／予約制) | 12<br>風船バレー   | 13<br>音楽療法<br>～Music Therapy～              | 14<br>ペーパー・<br>クラフティング<br>(有料／予約制)<br>＋リラックス足浴 |
| 15<br>やすらぎの<br>ハンドケア | 16<br>リハビリダンス♪<br>(歌とリズム体操)           | 17<br>マジックショー                                                                                                                          | 18<br>ハンド<br>フィットセラピー                       | 19<br>脳トレーニング | 20<br>音楽療法<br>＋フラワー<br>アレンジメント<br>(有料／予約制) | 21<br>リラックス<br>足浴                              |
| 22<br>やすらぎの<br>ハンドケア | 23<br>リズム体操                           | 24<br>電車とバスの<br>博物館：外出<br>(有料／予約制)                                                                                                     | 25<br>シャボン<br>ラッピングケア<br>(有料／予約制)           | 26<br>福投げゲーム  | 27<br>音楽療法<br>～Music Therapy～              | 28<br>リラックス<br>足浴                              |
| 29<br>やすらぎの<br>ハンドケア | 30<br>リハビリダンス♪<br>移動パン屋 エssen<br>(有料) | 皆さまでつくる、より豊かな暮らしのために<br>文化・食・外出・交流など、さまざまな活動を企画してまいります。<br>「このような時間があったら嬉しい」「こんな場所へ行ってみたい」など、<br>ご希望のアクティビティがございましたら、ぜひスタッフまでお聞かせください。 |                                             |               |                                            |                                                |

### Daily Life at Oyamadai

毎日の暮らしの中にも  
楽しみや交流の時間を  
大切にしています。



写真はイメージです

### 毎週土曜日 リラックス足浴



### お楽しみ風呂 生姜のお風呂



今月の特別イベント

十一月十七日  
十一月二十四日  
マジックショー  
電車とバスの博物館

