



# 支援センター「ひびき」 R6 5月



日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			9:30 みんなで作ろう 13:30 ピアエコーの集まり 自主活動 or 居場所提供	9:30 健康チェック 13:30 体を動かそう(ボッチャ)	憲法記念日	みどりの日
5	6	7	8	9	10	11
お休み	振替休日	9:30 外ボラ(教会) 自主活動 or 居場所提供	9:30 音楽(曲プレゼン) 自主活動 or 居場所提供	9:30 脳トレ 自主活動 or 居場所提供	9:30 動かす会 13:30 創作活動	お休み
12	13	14	15	16	17	18
お休み	13:30 内ボラ 自主活動 or 居場所提供	9:30 クッキング 自主活動 or 居場所提供	9:30 みんなで作ろう 13:30 ピアエコーの集まり 自主活動 or 居場所提供	9:30 お茶に親しむ会 13:30 体を動かそう(卓球)	9:30 アーク (プランター植えをしよう) 13:30 創作活動	お休み
19	20	21	22	23	24	25
お休み	13:30 内ボラ 自主活動 or 居場所提供	9:30 外ボラ(教会) 自主活動 or 居場所提供	10:00 ピアエコーの (飯坂堀切邸足湯&ランチ)	9:30 脳トレ 13:30 書道教室	9:30 アーク (カラオケまねきねこ) 13:30 SST	お休み
26	27	28	29	30	31	
お休み	13:30 内ボラ 自主活動 or 居場所提供	9:30 外ボラ(スリッパ磨き) 自主活動 or 居場所提供	9:30 みんなで作ろう 自主活動 or 居場所提供	9:30 アーク (コメダ珈琲に行こう) 13:30 創作活動	9:30 土湯deランチ(プチ遠足)	

☆クッキングクラブなどの材料費(実費150円以内)がかかるものがあります。実費分については各自負担になります。

☆材料費がかからないプログラムは、途中での参加や出入りも自由ですので、ぜひ参加してみてください。

☆プログラムを変更する場合もございますので、電話でご確認ください。024-522-6886支援センター「ひびき」まで。

☆音楽に親しむ会は、偶数月はカラオケ、奇数月は曲プレを予定しています。

☆偶数月の第4火曜日避難訓練を行う予定です。

☆プログラムに参加されない方でも、時間帯によっては居場所として多目的ホールのご利用が出来ます。