



# 支援センター「ひびき」 R7 9月



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	9:30 内ボラ スタッフミーティング 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	9:30 みんなで健康 ウォーク 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(卓球)	9:30 動かす会 13:30 創作活動	お休み
7	8	9	10	11	12	13
お休み	9:30 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 音楽(合奏) 自主活動 or 居場所提供	9:30 脳トレ 13:30 卓球	9:30 アーク 自主活動 or 居場所提供	お休み
14	15	16	17	18	19	20
お休み	祝日:敬老の日	9:30 外ボラ(教会) 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 お茶に親しむ会 自主活動 or 居場所提供	9:30 アーク 自主活動 or 居場所提供	お休み
21	22	23	24	25	26	27
お休み	9:30 内ボラ(スリッパ磨き) スタッフミーティング 自主活動 or 居場所提供	祝日:秋分の日	9:30 みんなで健康 ウォーク 自主活動 or 居場所提供	9:30 脳トレ 13:30 書道教室	9:30 アーク 13:30 創作活動	お休み
28	29	30				
お休み	フリー	9:30 外ボラ(地域清掃) 13:30 ひびき座談会				

☆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がございますので、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、カラオケ、曲ブレ、合奏(合唱)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。