



支援センター「ひびき」 R6 11月



日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					9:30 動かす会 13:30 創作活動	お休み
3	4	5	6	7	8	9
お休み 祝日 文化の日	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 脳トレ 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 アーク (もちずり観音へ行こう!) 13:30 創作活動 (佳織さんのお財布作り教室)	お休み (お茶のまね会)
10	11	12	13	14	15	16
お休み	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 クッキング 自主活動 or 居場所提供	9:30 音楽(曲プレ) 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 アーク (かるた取りをしよう!) 13:30 創作活動	お休み
17	18	19	20	21	22	23
お休み	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 お茶に親しむ会 自主活動 or 居場所提供	9:30 みんなで健康ウォーク 13:30 書道教室	9:30 アーク (伝言ゲーム& ジャスチャーゲームをしよう!) 13:30 SST	お休み 祝日 勤労感謝の日
24	25	26	27	28	29	30
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	9:30 外ボラ(地域清掃活動) PM みんなの作品展・搬入 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 脳トレ 自主活動 or 居場所提供	みんなの作品展を 観に行こう!	お休み

☆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、偶数月はカラオケ、奇数月は曲プレを予定しています。