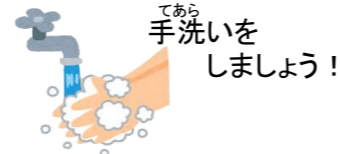


6月

地域活動支援センターⅢ型 月間プログラム予定表



活動時間 午前 10:00~12:00 午後 13:00~15:00
 昼休憩 12:00~13:00
 なお、1日利用の方は、昼食時のみ食事をとれる別室をご用意いたします。

月	火	水	木	金
1	2	3	4	5
レクリエーション	アクティビティ	アクティビティ	アクティビティ	アクティビティ
アクティビティ	アクティビティ	アクティビティ	アクティビティ	セルフケア相談
8	9	10	11	12
アクティビティ	アクティビティ	だんだんクッキング	えいがかんしやう 映画鑑賞	えいがかんしやう 映画鑑賞
アクティビティ	初心者麻雀	アクティビティ	アクティビティ	アクティビティ
15	16	17	18	19
カラダと運動	ワークショップ	えいがかんしやう 映画鑑賞	はなとみどりの活動	がいしゆつかつどう 外出活動
アクティビティ	アクティビティ	アクティビティ	アクティビティ	アクティビティ
22	23	24	25	26
アクティビティ	アクティビティ	アクティビティ	アクティビティ	アクティビティ
アクティビティ	アクティビティ	プログラムなし	プログラムなし	アクティビティ
29	30	つゆの季節になりました。気分が沈みやすい時こそ、体を動かしてリフレッシュしましょう。		
ワークショップ	アクティビティ			
アクティビティ	アクティビティ			



プログラム内容

アクティビティ

個別の創作やグループでの活動を中心に行います。
 ご自分で取り組み内容を決めて行います。
 課題内容の相談もお気軽にどうぞ。



レクリエーション

1日(月)午前
 クイズや〇×ゲームなどを行います。
 みなさんと盛り上がりましょう！

初心者麻雀

9日(火)午後
 ゆっくりじっくり行う麻雀です。
 ルールが苦手でもお気軽にどうぞ。



だんだんクッキング

10日(水)午前
 ふわふわのフレンチトーストを作ります。
 ご参加お待ちしております。
 持ち物:エプロン・三角巾
 参加費: 400円

映画鑑賞

11日(木)・12日(金)午前
 『アイ・アム・レジェンド』 1時間40分
 人類がウイルスでほぼ滅びた世界。免疫を持つ主人公が治療薬を作るため戦い続ける物語。



17日(水)午前

『インディ・ジョーンズ/レイダース 失われたアーク《聖櫃》』 1時間56分
 強大な力を持つ秘宝をめぐり、ナチスと争奪戦を繰り広げる冒険物語。

プログラムの申込は決まり次第だんだん職員へお伝えください！
 参加希望変更は前日までにお願いします。

外出活動(春のオープンガーデン)

19日(金)午前(12時半終了予定)
 関町福祉園のオープンガーデンを見学します。
 ・往復通所バス利用。
 ・入館無料。
 申し込みは6月10日までにお願いします。

カラダと運動

15日(月)午前
 ストレッチ体操やストラックアウトを行います。



ワークショップ

16日(火)・29日(月)午前
 『熱中症』
 熱中症を防ぐための基本を学びます。水分補給のコツや危険サインを分かりやすく紹介します。



花とみどりの活動

18日(木)午前
 ボランティアとして中村橋駅 南口 駅前花壇の整備や近隣の環境美化活動も行います。6月から9月までは暑さ対策のため午前へ変更になります。



自主サークルのお知らせ

今月の予定
 麻雀サークル 6月4日(木)・16日(火) 13:00~15:00
 塗り絵サークル 6月1日・15日(月) 13:00~15:00
 おしゃべりサークル 6月24日(水) 13:00~15:00
 卓球サークル 6月25日(木) 13:30~14:30

