

特定非営利活動法人中央むつみ会 中央地域活動支援センター 令和6年11月予定表

		面接 相談	電話 相談		時間	参加費 (¥)	備考
1日	金	○	○	茶話会	14:00~15:00	無料	食堂
2日	土						休み
3日	日						休み
4日	月・祝	○	○	新 みんなの体操	14:00~15:00	無料	交流室
5日	火	○	○	YouTubeで映像を観よう	14:00~15:00	無料	交流室
6日	水	○	○	クリーンアップデー	14:00~15:00	無料	食堂・交流室
7日	木	○	○	昼のヒットスタジオ	14:00~15:00	無料	交流室
8日	金	○	○	ゲーム機で遊ぼう「運動の日」	14:00~15:00	無料	交流室
9日	土						休み
10日	日						休み
11日	月	○	○	セルフ整体～心と体のリフレッシュ～	14:00~15:00	無料	307号室
12日	火	○	○	アートの日	14:00~15:00	無料	交流室
13日	水	○	○	トークタイム	14:00~15:00	無料	交流室
14日	木	○	○	地域交流 ～オレンジの会さんと卓球をしよう～	14:00~15:00	無料	307号室
15日	金	○	○	ゲームの日	14:00~15:00	無料	交流室
16日	土						休み
17日	日						休み
18日	月	○	○	ウォーキング	14:00~15:00	無料	コミスタ周辺
19日	火	○	○	川柳	14:00~15:00	無料	交流室
20日	水	○	○	ポッチャ	14:00~15:00	無料	食堂
21日	木	○	○	SST	14:00~15:00	無料	交流室
22日	金	○	○	メンバー希望 KIITOとピアオアシスに行こう	11:30~14:00	実費	福祉乗車証
23日	土						休み
24日	日						休み
25日	月	○	○	ゲーム機で遊ぼう「ゲームの日」	14:00~15:00	無料	交流室
26日	火	○	○	ヨガ	14:00~15:00	無料	303号室
27日	水	○	○	カフェタイム	14:00~15:00	ドリンク ¥20 お菓子 ¥80	食堂
28日	木	○	○	ペットボトルボーリング	14:00~15:00	無料	食堂
29日	金	○	○	輪投げ	14:00~15:00	無料	交流室
30日	土						休み

お知らせ

秋も深まってきました。風邪などを予防するため、手洗いうがいを怠らず、清潔と衛生に気を付けましょう。

11月は楽しいお出かけのデイケアもありますので、暖かい服装でご参加くださいね。

