

		面接 相談	電話 相談		時 間	参加費 (¥)	備 考
1日	月	○	○	茶話会	14:00～15:00	無料	食堂
2日	火	○	○	ヨガ	14:00～15:00	無料	303号室
3日	水	○	○	アートの日	14:00～15:00	無料	交流室
4日	木	○	○	新 みんなの体操	14:00～15:00	無料	交流室
5日	金	○	○	地域交流 クリーンボランティア	11:30～12:15	無料	吾妻地域周辺
6日	土						休み
7日	日						休み
8日	月	○	○	ゲーム機で遊ぼう 運動の日	14:00～15:00	無料	交流室
9日	火	○	○	室内カラオケ	14:00～15:00	無料	交流室
10日	水	○	○	ダーツ	14:00～15:00	無料	交流室
11日	木	○	○	屋のヒットスタジオ	14:00～15:00	無料	交流室
12日	金	○	○	輪投げ	14:00～15:00	無料	交流室
13日	土						休み
14日	日						休み
15日	月	○	○	YouTubeで好きな映像を観よう	14:00～15:00	無料	交流室
16日	火	○	○	川柳	14:00～15:00	無料	交流室
17日	水	○	○	中央むつみ会 クリスマス会	11:00～15:00	800円	吾妻地域福祉 センター2階
18日	木	○	○	SST	14:00～15:00	無料	交流室
19日	金	○	○	卓球	14:00～15:00	無料	307号室
20日	土						休み
21日	日						休み
22日	月	○	○	カフェタイム	14:00～15:00	ドリンク ¥20 お菓子 ¥80	食堂
23日	火	○	○	ボッチャ	14:00～15:00	無料	食堂
24日	水	○	○	メンバー希望プログラム 好きなパスタを作ろう	11:30～13:00	実費	食堂
25日	木	○	○	クリーンアップデー(大掃除)	14:00～15:00	無料	食堂・交流室
26日	金	○	○	ゲームの日	14:00～15:00	無料	交流室
27日	土						休み
28日	日						休み
29日	月						休み
30日	火	○	○	年越しそば	11:00～14:00	実費	ほっとすてー しょん
31日	水						休み

お知らせ

・12月30日（火）は、ほっとすてーしょん(大安亭市場の中、野菜の
ながお前／八雲通5-5-17 電話078-261-9116)で年越しそばを一緒に食べましょう。
ほっとすてーしょんの場所がわからない方は、職員にお聞きください。

・年始は1月5日(月)に、支援センターで、お雑煮で新年を祝います。

※コミスタこうべは12月28日（日）～1月4日（日）が休館、
1月5日（月）から開いています。

