

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8年5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・祝						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・祝	○	○	メンバー希望 焼肉パーティーをしよう	11:00~13:30	実費	食堂
6日	水・祝	○	○	ペットボトルボーリング	14:00~15:00	無料	食堂
7日	木	○	○	室内カラオケ	14:00~15:00	無料	交流室
8日	金	○	○	ウォーキング	14:00~15:00	無料	コミスタ周辺
9日	土						休み
10日	日						休み
11日	月	○	○	ゲーム機で遊ぼう「運動の日」	14:00~15:00	無料	交流室
12日	火	○	○	トークタイム	14:00~15:00	無料	交流室
13日	水	○	○	昼のヒットスタジオ	14:00~15:00	無料	交流室
14日	木	○	○	SST	14:00~15:00	無料	交流室
15日	金	○	○	輪投げ	14:00~15:00	無料	交流室
16日	土						休み
17日	日						休み
18日	月	○	○	ヨガ	14:00~15:00	無料	307号室
19日	火	○	○	川柳	14:00~15:00	無料	交流室
20日	水	○	○	卓球	14:00~15:00	無料	307号室
21日	木	○	○	ゲームの日	14:00~15:00	無料	交流室
22日	金	○	○	気功と呼吸法	14:00~15:00	無料	交流室
23日	土						休み
24日	日						休み
25日	月	○	○	ダーツ	14:00~15:00	無料	交流室
26日	火	○	○	カフェタイム	14:00~15:00	ドリンク ¥20 お茶菓子 ¥80	食堂
27日	水	○	○	ポッチャ	14:00~15:00	無料	食堂
28日	木	○	○	アートの日	14:00~15:00	無料	交流室
29日	金	○	○	クリーンアップデー	14:00~15:00	無料	交流室・食堂
30日	土						休み
31日	日						休み

## お知らせ

心地よい季節になってきました。ウォーキングや外出プログラムに参加して、  
気持ちの良い汗をかきましょう♪



### \*支援センター更新のお知らせ

令和8年度 支援センターの契約更新を引き続きお待ちしております。  
更新と同時に面談もさせて頂きたいと思っておりますので、お気軽にお問合せ下さい。

