

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7月予定表

		面接 相談	電話 相談		時間	参加費 (¥)	備考
1日	水	○	○	茶話会	14:00～15:00	無料	食堂
2日	木	○	○	クリーンアップデー	14:00～15:00	無料	食堂・交流室
3日	金	○	○	新企画・自分の好きな事を話そう	14:00～15:00	無料	交流室
4日	土						休み
5日	日						休み
6日	月	○	○	メンバー希望プログラム 青少年科学館へ行こう	12:45～15:30	実費	障害者手帳と 福祉乗車証を必ず持参
7日	火	○	○	YouTubeで好きな映像を観よう	14:00～15:00	無料	交流室
8日	水	○	○	気功と呼吸法をしよう	14:00～15:00	無料	交流室
9日	木	○	○	ダーツ	14:00～15:00	無料	交流室
10日	金	○	○	昼のヒットスタジオ	14:00～15:00	無料	交流室
11日	土						休み
12日	日						休み
13日	月	○	○	ゲーム機で遊ぼう「運動の日」	14:00～15:00	無料	交流室
14日	火	○	○	トークタイム	14:00～15:00	無料	交流室
15日	水	○	○	ポッチャ	14:00～15:00	無料	食堂
16日	木	○	○	SST	14:00～15:00	無料	交流室
17日	金	○	○	輪投げ	14:00～15:00	無料	交流室
18日	土						休み
19日	日						休み
20日	月・祝	○	○	ゲーム機で遊ぼう「ゲームの日」	14:00～15:00	無料	交流室
21日	火	○	○	川柳	14:00～15:00	無料	交流室
22日	水	○	○	ヨガ	14:00～15:00	無料	403号室
23日	木	○	○	アートの日	14:00～15:00	無料	交流室
24日	金	○	○	卓球	14:00～15:00	無料	307号室
25日	土						休み
26日	日						休み
27日	月	○	○	カフェタイム	14:00～15:00	実費	ドリンク¥20 お菓子 ¥80
28日	火	○	○	ペットボトルボーリング	14:00～15:00	無料	食堂
29日	水	○	○	ゲームの日	14:00～15:00	無料	交流室
30日	木	○	○	新 みんなの体操	14:00～15:00	無料	交流室
31日	金	○	○	室内カラオケ	14:00～15:00	無料	交流室

お知らせ



※暑い夏がやって来ました。体調がすぐれない時は、ゆっくり休養しましょう。  
 ペットボトルを持ち歩く、帽子や日傘を使用する、直射日光を避け木陰で休  
 む、室内の温度を適切に調整する。そして、しっかり食事を摂り睡眠をとる  
 といった対策は出来ていますか？

