

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10月予定表

		面接 相談	電話 相談		時 間	参加費 (¥)	備 考
1日	木	○	○	茶話会	14:00～15:00	無料	食堂
2日	金	○	○	新 みんなの体操	14:00～15:00	無料	交流室
3日	土						休み
4日	日						休み
5日	月	○	○	ウォーキング	14:00～15:00	無料	コミスタ周辺
6日	火	○	○	室内カラオケ	14:00～15:00	無料	交流室
7日	水	○	○	ペットボトルボーリング	14:00～15:00	無料	食堂
8日	木	○	○	気功と呼吸法をしよう	14:00～15:00	無料	交流室
9日	金	○	○	ダーツ	14:00～15:00	無料	交流室
10日	土						休み
11日	日						休み
12日	月・祝	○	○	アートの日	14:00～15:00	無料	交流室
13日	火	○	○	ゲーム機で遊ぼう「運動の日」	14:00～15:00	無料	交流室
14日	水	○	○	カフェタイム	14:00～15:00	実費	ドリンク ¥20 お茶菓子 ¥80
15日	木	○	○	SST	14:00～15:00	無料	交流室
16日	金	○	○	屋のヒットスタジオ	14:00～15:00	無料	交流室
17日	土						休み
18日	日						休み
19日	月	○	○	ボッチャ	14:00～15:00	無料	食堂
20日	火	○	○	川柳	14:00～15:00	無料	交流室
21日	水	○	○	卓球	14:00～15:00	無料	食堂
22日	木	○	○	ヨガ	14:00～15:00	無料	307号室
23日	金	○	○	クリーンアップデー	14:00～15:00	無料	食堂・交流室
24日	土						休み
25日	日						休み
26日	月	○	○	メンバー希望プログラム 餃子の王将に行こう	11:00～13:00	実費	王将三ノ宮東店
27日	火	○	○	輪投げ	14:00～15:00	無料	交流室
28日	水	○	○	ゲーム機で遊ぼう「ゲームの日」	14:00～15:00	無料	交流室
29日	木	○	○	地域交流・スマイルフロム中央 小学校5年生との交流	10:30～11:30	無料	食堂・交流室
30日	金	○	○	ゲームの日	14:00～15:00	無料	交流室
31日	土						休み

お知らせ



* 秋らしい毎日となりました。気温も下がってきて服装や寝具などにも配慮が必要ですね。体調に気をつけて、お過ごしください。

