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11月予定表

		面接相談	電話相談		時 間	参加費(¥)	備　考
1日	日						休み
2日	月	○	○	茶話会	14:00～15:00	無料	食堂
3日	火	○	○	ゲーム機で遊ぼう「運動の日」	14:00～15:00	無料	交流室
4日	水	○	○	昼のヒットスタジオ	14:00～15:00	無料	交流室
5日	木	○	○	ヨガ	14:00～15:00	無料	303号室
6日	金	○	○	輪投げ	14:00～15:00	無料	交流室
7日	土						休み
8日	日						休み
9日	月	○	○	室内カラオケ	14:00～15:00	無料	交流室
10日	火	○	○	ウォーキング	14:00～15:00	無料	コミスタ周辺
11日	水	○	○	クリーンアップデー	14:00～15:00	無料	食堂・交流室
12日	木	○	○	アートの日	14:00～15:00	無料	交流室
13日	金	○	○	新　みんなの体操	14:00～15:00	無料	交流室
14日	土						休み
15日	日						休み
16日	月	○	○	ダーツ	14:00～15:00	無料	交流室
17日	火	○	○	川柳	14:00～15:00	無料	交流室
18日	水	○	○	ﾒﾝﾊﾞｰ希望　三ノ宮地下街散策＆食事	11:00～13:00	実費	三ノ宮地下街
19日	木	○	○	卓球	14:00～15:00	無料	307号室
20日	金	○	○	ゲームの日	14:00～15:00	無料	交流室
21日	土						休み
22日	日						休み
23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
24日	火	○	○	オレンジの会との交流	13:30～15:30	無料	福祉乗車証
25日	水	○	○	カフェタイム	14:00～15:00	ドリンク ¥20 お菓子 ¥80	食堂
26日	木	○	○	気功と呼吸法	14:00～15:00	無料	交流室
27日	金	○	○	地域交流 ～スマイルフロム中央～小学5年生さんとの交流	10:30～11:30	無料	食堂・交流室
28日	土						休み
29日	日						休み
30日	月	○	○	ボッチャ	14:00～15:00	無料	食堂

お知らせ

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、皆さんでのお出かけプログラムも用意しましたが、風邪対策のため、
人と人との距離を空けて過ごすことをくれぐれも実行しましょう。