



# 1月活動プログラム



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	元日	お休み	お休み	キネマクラブ	かんたん！ スイーツ作り 【オリジナルケーキ】 担当：野村	お休み
7	8	9	10	11	12	13
お休み	成人の日	初詣 開成山大神宮	☆フリータイム	カフェ 担当：星・野村	初詣 開成山大神宮	お休み
14	15	16	17	18	19	20
お休み	迎春・買い物 イトーヨーカドー	☆フリータイム	ビックエコー へいこう！	☆フリータイム	かんたん！ スイーツ作り 打ち合わせ	お休み
21	22	23	24	25	26	27
お休み	☆フリータイム	テイクアウト デー 担当：星・野村	☆フリータイム	☆フリータイム	☆フリータイム	お休み
28	29	30	31			
お休み	☆フリータイム	☆フリータイム	クッキング 担当：野村・星 島村			

☆フリータイムとは・・・

ここでは、皆さんそれぞれ自由な時間を過ごします。

例えば・・・手芸、軽作業（割り箸の袋入れ作業・温泉旅館のタオル折り作業など）、ゲーム、パソコンを利用し音楽を聴くことができます。また、メンバー同士で会話をたのしむ時間を過ごすこともできます。

○各活動プログラムについて・・・

プログラムによっては、参加費用がかかるものがありますので、ご不明な点がございましたらお問い合わせください。





キネマクラブ                      ゲオでレンタルをしたDVDを皆でたのしみます！

かんたんスイーツ作り              参加費：100円以内      スイーツを作ろう！

カフェ                                  参加費：各自、好きなお菓子を楽しみましょう（お菓子代は自己負担になります）

クッキング                              参加費：300円以内      みんなが好きな食事や軽食を作ろう！

ビックエコーに行こう              参加費：¥800円以内で（障がい者手帳お持ちの方）カラオケを楽しめます

軽スポーツ                              気分転換に楽しく体を動かしてみよう

テイクアウトディー                  お店にお弁当を注文し、みんなで楽しみます（お弁当代は、自己負担です）



お問い合わせはお気軽に

地域活動支援センターアイ・キャン 024-973-5550までどうぞ

---