

1月活動プログラム

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
元日	お休み	お休み	自主活動	自主活動	初詣in宝光寺	お休み
8	9	10	11	12	13	14
お休み	成人の日	自主活動	軽スポーツ in地活	自主活動	かんたん！ スイーツ作り 【うさぎのケーキ】 担当：梁取	お休み
15	16	17	18	19	20	21
お休み	自主活動	クッキング 担当：梁取	ひとりカラオケ	自主活動	キネマクラブ お取り寄せ 担当：梁取	お休み
22	23	24	25	26	27	28
お休み	軽スポーツ in地活	自主活動	カフェ お取り寄せ 担当：野村	テイクアウトデー 担当：梁取	スイーツ打合わせ パソコン教室(PM)	お休み
29	30	31				
お休み	すいとんの日	自主活動				

30日は、会費100円ですいとんがたくさん食べられます！！

キネマクラブ ゲオレンタル又はネットから映画を選択します

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

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！

ひとりカラオケ 参加費：700円以内 ひとりでカラオケを楽しめるチャンス

軽スポーツ 気分転換に楽しく体を動かしてみましょう

※申し訳ありませんが、諸事情によりプログラムが変更になる場合もございます

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