

地域活動支援センター まなび11月 全体予定

			1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)
午前			フリータイム	昼食作り	休み 文化の日	休み	休み
午後		13:30 パン作り (三村)	13:30 グループミーティング A(清水)				
夜		17:30終了	17:30終了				
	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)	12日(日)
午前	フリータイム	昼食作り	フリータイム	昼食作り	11:00 全体ミーティング	休み	休み
午後	15:00 フロア清掃	13:30 Let's session time♪ (白根)	13:30 ボールペン字教室 (三村)	フリータイム	15:00 全体ミーティング		
夜	17:30終了	フリータイム	17:30終了	17:30終了	フリータイム		
	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)	19日(日)
午前	11:00 ボールペン字教室 (坂本)	昼食作り	フリータイム	昼食作り	フリータイム	休み	休み
午後	15:00 フロア清掃	13:30 健康な体について考えよ う!(三村)	13:30 南区スポーツセンター で運動 (清水)	フリータイム	14:00 秋の体操教室		
夜	17:30終了	フリータイム	17:30終了	17:30終了	フリータイム		
	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)	26日(日)
午前	フリータイム	昼食作り	フリータイム	休み 勤労感謝の日	11:00 こんなとき、どうす る?㊥(坂本)	休み	休み
午後	15:00 フロア清掃	13:30 ピースアクセサリ教室 (寺西)	13:30 クリスマス小物作り (三村)		14:00 こんなとき、どうす る?㊥(坂本)		
夜	17:30終了	フリータイム	17:30終了		フリータイム		
	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)			
午前	男飯 (清水)	昼食作り	お菓子作り (三村)	昼食作り			
午後	15:00 フロア清掃	健康診断 (希望者のみ)	誕生会	13:30 ボールペン字教室 (清水)			
夜	17:30終了	17:30終了	17:30終了	17:30終了			

※17日の「秋の体操教室」プログラムは理学療法士の方が来てくださり、柔軟を中心に心身のストレス発散を行います。

※28日(火)の午後は健康診断(希望者のみ)になります。