

2024

4

がつごう
月号

ちいきかつどうしえん
地域活動支援センター

パルハウスぼちぼち

かつどうよていひょう
活動予定表

じゅうしょ なかましとおりに
住所：中間市通谷 1-36-10

じかん じし じふご
時間：9時から17時15分

でんわ
電話：093-243-3387

にちようび 日曜日	げつようび 月曜日	かようび 火曜日	すいようび 水曜日	もくようび 木曜日	きんようび 金曜日	とようび 土曜日
	1	2	3	4	5	6
	えてがみ 絵手紙 14:00~15:00		たつきゅうたいかい 卓球大会 14:00~15:00		ハンドメイド 14:00~15:00	やす 休み
7	8	9	10	11	12	13
やす 休み	ストレッチ 14:00~15:00		き 切り絵 スクラッチアート 14:00~15:00		しゅうじきょうしつ 習字教室 13:30~14:30	やす 休み
14	15	16	17	18	19	20
やす 休み	ポッチャ 14:00~15:00		がいしゅつ 外出レクリエーション 11:00~14:00		ミュージックケア 14:00~15:00	やす 休み
21	22	23	24	25	26	27
やす 休み	かんしやう DVD鑑賞 13:15~15:20		ふうせん 風船バレー 14:00~15:00		りょうりきょうしつ 料理教室 11:00~13:00	やす 休み
28	29	30	<p>★運動系は動きやすい服装、習字教室は汚れてもよい服装で参加ください。</p> <p>★締切日のない活動は当日参加できます。開始時間までに来所してください。</p>			
やす 休み	やす 休み (昭和の日)					

4月5日(金) ハンドメイド

ご自分でデザインして「オリジナル缶バッチ」を作ります。

参加費 50円 締切日 4月4日(木)

4月8日(月) ストレッチ

気分転換や運動不足の解消にいかがですか☆

講師：川口 登志美さん(健康管理士)

4月15日(月) ポッチャ

ポッチャとは、ヨーロツパ発祥のスポーツです。

障がいのあるなしにかかわらず、すべての人が一緒に競い合えるボールを使ったパラスポーツになります。

4月17日(水) 外出レクリエーション

行先「福智山山ろく花公園」 締切り 4月16日(火)

持参物 お弁当・飲み物・障がい者手帳(お持ちの方のみ)

★送迎はスタッフで行います。参加無料です。

雨天時はフリースペースでお弁当を食べた後、ゲーム大会をします。

4月26日(金) 料理教室

メニュー「春のポトフ&炊き込みごはん」

持参物 エプロン・三角巾

参加費 300円 締切日 4月24日(水)