

## なるど通信

2026年1月号

## 【1月予定表】

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
※一部企画には事前申込が必要です。 お気軽にご連絡ください。						
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
			初詣			
18	19	20	21	22	23	24
		スポーツ企画 卓球		喫茶企画		
25	26	27	28	29	30	31
			フィーロ企画			

## ～喫茶企画～

近くのカフェに行き  
お茶と会話を楽しむ企画。  
(15:15~17:00)

## ～お買い物企画～

フィーロというケーキ屋さんに  
みんなでお買い物に行きます。  
(10:30~11:30)

## 15:30以降は、

フロアの大型テレビで  
動画配信サービスを利用できます。  
(要事前連絡)

## ～外出企画～

社会見学や買い物、創作体験等  
お出かけの企画♪  
バスを使って外出する  
練習にもなります。

## ～スポーツ企画～

フロアで卓球をし、  
身体を動かしましょう♪  
(第3火曜日14:00~16:30)

## その他、活動アイディアを

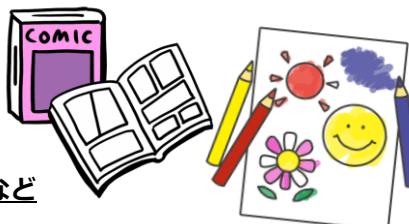
募集しています♪  
「こんなことしたい！」  
「あんなこと知りたい！」等  
皆さんのお声を聞かせて下さい◎

## 【園内活動】

☆塗り絵 ☆スクラッチアート

☆迷路や点つなぎ等の脳トレ

☆紙細工 ☆編み物 ☆手芸 など



それぞれ好きな事、興味があることに取り組みます。

読書・調べものなど、ご自身で準備した活動をしてもOKです。





## 11月外出企画「天竜エコテラスに行こう！」



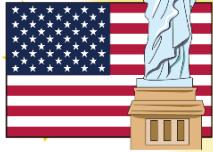
家庭等で出すゴミがどの過程で処理されているのか、工程ごとに見ることが出来ました。とても大きな空間や機械でびっくりしました。ゴミをなるべく出さないように、分別をしっかりしようと改めて思える見学でした。



## 11月喫茶企画「CALLIESに行こう！」

アメリカンダイナーなお洒落な雰囲気の店内で、サンドイッチを食べたり、ドリンクを堪能してきました。

写真を撮って楽しんだり談笑しながら、楽しい時間を過ごすことが出来ました。



## 地域活動支援センターナルド

開所日：平日 8:30～17:00 時間内なら自由に利用できます。

見学随時受付中 お気軽にお電話ください。

住所：浜松市浜名区細江町中川7220-7

電話：053-437-4620 担当：伊藤・外山・辻村、白石

毎年4月に受給者証が更新されているかの確認をします。

今年度初めてご利用される際には、必ず「浜松市地域生活支援事業受給者証（オレンジ色）」をご持参くださいようお願いします。

聖隸厚生園讚栄HPです。

ぜひご覧ください！

