

## 【 1月予定表 】

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
			外出企画 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  
みんなで買い物に行きます。  
(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】

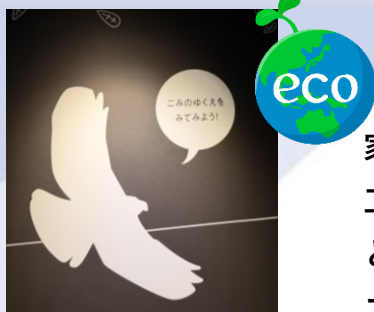
- ☆塗り絵 ☆スクラッチアート
- ☆迷路や点つなぎ等の脳トレ
- ☆紙細工 ☆編み物 ☆手芸 など

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OKです。



## 11月外出企画「天竜エコテラスに行こう！」

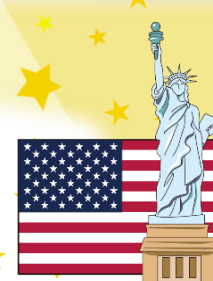


家庭等を出すゴミがどの過程で処理されているのか、  
工程ごとに見ることが出来ました。  
とても大きな空間や機械でびっくりしました。  
ゴミをなるべく出さないように、  
分別をしっかりとしようと改めて思える見学でした。



## 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中で、  
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  
ご持参くださいますようお願いいたします。

聖隷厚生園讃栄HPです。

ぜひご覧ください！

