銚子市地域活動支援センターI型

# かんらん予算

〒288-0043 銚子市東芝町5-1

TEL·FAX:0479-24-7730

休み:日・月・祝日(月曜が祝日の場合翌日休み)

開所時間:9時~16時30分

# ~ご利用の際のお願い~

7スクの着用\_ 引き続きお願い致します。

秋が深まってきました。芸術の秋、食欲の秋、 読書の秋。スポーツの秋。どの秋を楽しみますか? インフルエンザが流行っています!お互い 気を付けましょう!

※台風や悪天候で警報が発令された場合は、

休館になります。来所前に、TV等で警報確認

お願い致します。皆様の安全が第一!

※プログラムの急な変更もありま す。参加人数が少ない場合は、自 由活動になる場合もあります。

※一人時間やグループ交流 その 時の気分で自分時間を過ごしませ んか?

### (作り置きOKの場合)

- ★印の調理プログラム 参加費プラス50円
- ※調理開始時間遅れた方 も参加費+50円

★がない調理プログラム は、差額なしで作り置きで きます。予約を お願いします。

金

ピアサポートひかり ミーティング

言葉の力って偉大!

11月8日(土) 10:30~ 佐野長

不動産2F



ピアサポート事業・交流会 日時:R7年11月20日(木) 13:30~15:30頃まで

「スポーツの秋を楽しもう!」

参加費:無料

場所:中央みどり公園

~ピア個別相談お休み~ 毎月第2・4木曜日のピア相談は 暫くお休みになります。

# ★今月お疲れさま39Day★

<u>〜カラオケについて〜</u>

ご協力お願いします。

開始時間5分前に、歌う順番を

じゃんけんかくじ引きで決定します。

ハズレくじがない! ポイントをゲットして お得にプログラム参加 しよう♪

水

来所者に ラッキーくじ引き 用意してます!

木



11月&12月スタンプラリ

5日間来所毎にプレゼント用意! パーフェクトの方には???

お絵描き パンケーキ

150円(限定12) 10:30~ 完成順から実食 イラスト考えておいてね♡

十

カラオケtime 13:15~15:30

化

 $\mathcal{O}$ 









ドリンク喫茶



スイッチtime

1時間&自分時間

(なくなり次第終了)

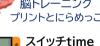
13時15分~16時

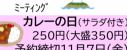






1時間&自分時間





10時30分~

ピアサポひかり

予約締切11月7日(金) PM女性ピアサポーター 個別相談Day(予約優先)

カラオケtime 13:15~15:30

定

休



当日11:30まで受付

スイッチtime

1時間&自分時間

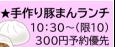
12時提供 50円~

バナナスムージーの日

15:00~16:00

遅カラオケ

13:15~14:45

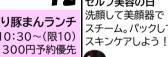


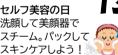
スイッチtime

1時間&自分時間

スイッチtime

1時間&自分時間





レザークラフト

13:30~

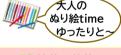
200円~

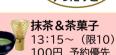
自分時間・ゲーム等

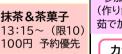
20

革細工小物作り★









10:30~順次実食 参加費300円(限定12) (作り置きは不可) 茹で加減などは自分次第!

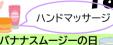
ラーメンランチ

カラオケtime 13:15~15:30

16

定

休



バナナスムージーの日 当日11:30まで受付 12時提供 50円~

UNO. ブロックス等

スイッチtime 1時間&自分時間

アイロンビーズ **A** 0 . で飾り作り★

自分クレープ作り (オレオクッキークリーム) 13:15~終わり次第終了 150円ドリンク付(限10)

遅カラオケ 15:00~16:00 朝カラオケ 10:00~11:00

ピアサポート事業交流会

「スポーツの秋を 楽しもう!」 13:30~15:00 場所:中央みどり公園 (外出時は休館)



遅カラオケ

15:00~16:00

大人の ぬり絵time ゆったりと

カラオケtime 9:30~11:30



午後カラオケ 13:15~14:45

スイッチtime 1時間&自分時間

意識 かんらんcafe 13時15分~16時頃

50円~ (材料が無くなり次第終了)

23 24

振 替 休





さつまいもデザート作り 10:00~(限10) 200円予約優先

時間に余裕がある方のみ ご参加下さい。 遅カラオケ

15:00~16:00 スイッチtime 1時間&自分時間



大人の ぬり絵time ゆったりと

ドリンク喫茶 (なくなり次第終了)

13時15分~16時 午後カラオケ 13:15~14:45



カルメ焼き 参加費無料(一人1個) 13:15~終わり次第終了 2個目~は30円

今月お疲れさま 39Day★

> ★スタミナ丼ランチ 10:30~順次用意 参加費300円(限定12)

カラオケtime 13:15~15:30