

2026



銚子市地域活動支援センター I 型

## かんらん予定表

〒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

マスクの着用は原則個人の判断に任せることになりました。調理プログラムに参加される方は衛生面のため着用をお願いいたします。また、咳などの症状がある方は、周囲へのご配慮の為着用をお願いいたします。

8/30~9/5は防災週間です。自分が住んでいる地域の避難場所等を今一度一緒に考えましょう!「備えあれば憂いなし」★



※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等で警報確認をお願い致します。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。

ピアサポートひかりミーティング

言葉の力って偉大!

9月12日(土)  
10:30~  
佐野長  
不動産2F



| 日  | 月          | 火                                                                                                                                | 水                                                                                                                                           | 木                                                                                                                      | 金                                                                                                                | 土                                                                                                                     |                                                                                                                                                     |
|----|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    | 定休日        | <div>自分の地域の避難場所や防災を再確認しよう！<br/><b>防災</b></div> <div>1<br/>スミージーの日<br/>当日11:30まで受付<br/>12時提供 50円～<br/>遅カラオケ<br/>15:00～16:00</div> | <div>創作・手芸Day<br/>自分時間でひらめきを形にできたら最高！</div> <div>2<br/>かき氷Day<br/>13時15分～16時頃<br/>50円～予約不可<br/>(氷が無くなり次第終了)<br/>スイッチtime<br/>1時間＆自分時間</div> | <div>ドラえもんの日</div> <div>3<br/>どら焼き作り<br/>13:15～(冷茶付き)<br/>予約優先150円(限10食)<br/>遅カラオケ<br/>15:00～16:00<br/>自分時間・ゲーム等</div> | <div>朝カラオケ<br/>10:00～11:00</div> <div>4<br/>ドリンク喫茶<br/>(なくなり次第終了)<br/>13時15分～16時<br/>スイッチtime<br/>1時間＆自分時間</div> | <div>パンケーキ作り<br/>10:00～予約優先<br/>(限15)150円(ドリンク付)</div> <div>カラオケtime<br/>13:15～15:30<br/>自分時間・ゲーム等</div>              |                                                                                                                                                     |
| 6  |            | 7<br>脳トレーニングプリントとにらめっこ★<br>スミージーの日<br>当日11:30まで受付<br>12時提供 50円～<br>遅カラオケ<br>15:00～16:00<br>スイッチtime<br>1時間＆自分時間                  | 8<br>プラ板で小物作り<br>冷抹茶＆茶菓子<br>13:15～(限10)<br>100円 予約優先<br>スイッチtime<br>1時間＆自分時間                                                                | 9<br>大人のぬり絵time ゆったりと～<br>午後カラオケ<br>13:20～14:45<br>UNO・ブロック等<br>自分時間・ゲーム等                                              | 10<br>朝カラオケ<br>10:00～11:00<br>かき氷Day<br>13時15分～16時頃<br>50円～予約不可<br>(氷が無くなり次第終了)<br>自分時間・ゲーム等                     | 11<br>カレーの日(サラダ付き)<br>250円(大盛350円)<br>予約締切9月11日(金)<br>予定変更<br>カラオケtime<br>13:20～15:30<br>PM女性ピアサポーター<br>個別相談Day(予約優先) |                                                                                                                                                     |
| 13 | 14<br>敬老の日 | 15<br>大人のぬり絵time ゆったりと～<br>スミージーの日<br>当日11:30まで受付<br>12時提供 50円～<br>遅カラオケ<br>15:00～16:00<br>自分時間・ゲーム等                             | 16<br>朝カラオケ<br>10:00～11:00<br>かき氷Day<br>13時15分～16時頃<br>50円～予約不可<br>(氷が無くなり次第終了)<br>スイッチtime<br>1時間＆自分時間                                     | 17<br>ワッフル作り<br>10:15～予約優先<br>150円(ドリンク付)(限10)<br>書道の日<br>13:10～13:45頃<br>遅カラオケ<br>15:00～16:00<br>自分時間・ゲーム等            | 18<br>10時～アイロンビーズで飾り作り★<br>自分クレープ作り<br>(わらび餅風・黒蜜)<br>13:15～予約優先<br>150円ドリンク付(限10)<br>スイッチtime<br>1時間＆自分時間        | 19<br>ラーメンランチ<br>10時30分～(限定15)<br>順番に各自作ります！<br>300円(作り置き不可)<br>カラオケtime<br>13:20～15:30<br>UNO・ブロック等                  |                                                                                                                                                     |
| 20 | 21<br>敬老の日 | 22<br>国民の祝日                                                                                                                      | 23<br>秋分の日                                                                                                                                  | 24<br>振替休日                                                                                                             | 25<br>今月お疲れさま39Day★<br>スミージーの日<br>当日11:30まで受付<br>12時提供 50円～<br>午後カラオケ<br>13:15～14:30<br>自分時間・ゲーム等                | 26<br>カラオケtime<br>9:30～11:30<br>かんらんcafe<br>かき氷とドリンク<br>13時15分～16時頃<br>50円～<br>(材料が無くなり次第終了)<br>スイッチtime<br>1時間＆自分時間  |                                                                                                                                                     |
| 27 | 28<br>定休日  | 29<br>朝カラオケ<br>10:00～11:00<br>スミージーの日<br>当日11:30まで受付<br>12時提供 50円～<br>スイッチtime<br>1時間＆自分時間                                       | 30<br>★キーマカレー＆ナンランチ<br>10:30～(限10)<br>300円予約優先<br>午後カラオケ<br>13:30～14:45<br>スイッチtime<br>1時間＆自分時間                                             | 令和8年度ピアサポート事業<br>参加費無料<br>ピアでサロン② 開催!!<br>9月12日(土)13時30分～15時<br>開催予定でしたが、延期になり、カラオケに変更になりました。<br>よろしく願いいたします。          |                                                                                                                  |                                                                                                                       | ★今月お疲れさま39Day★<br>ハズレくじがない！<br>ポイントをゲットしてお得にプログラム参加しよう♪<br>来所者にラッキーくじ引き用意してます！<br>25日(金)<br>～カラオケについて～<br>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。ご協力お願いします。 |