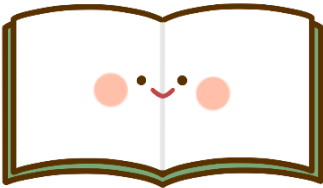
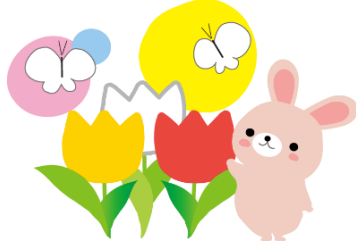


月	火	水	木	金	土	日
					1	2
		身体を動かすプログラムにご参加の方は、動きやすい服装＆水分をご持参ください♪ プログラム参加以外でもふらっとお立ち寄りOKです！		 フリータイム トークタイム デジタルタイム 相談タイム	9:30 ボランティア活動 14:00 簡単ダンス体験	
3	4	5	6	7	8	9
	フリータイム 13:00 ジグソーパズル 10:00 11:00 13:00 14:00 15:00	10:30 セルフ足裏マッサージ体験 14:00 ゆるヨガ女子		11:00 PCでインターネット 14:00 ものづくりタイム 10:00 11:00 13:00 14:00 15:00	9:30 ボランティア活動 14:00 ゆるヨガ男子	
10	11	12	13	14	15	16
14:00 ゆるヨガ女子& おしゃべりタイム	フリータイム 14:00 自然を感じてみよう 10:00 11:00 13:00 14:00 15:00	10:30 セルフ足裏マッサージ体験 14:00 ゆるヨガ男子		11:00 PCでインターネット 14:00 ラジオ体操の時間	14:00 ゆるヨガ& おしゃべりタイム ご家族・ 支援者対象 10:00 11:00 13:00 14:00 15:00	
17	18	19	20	21	22	23
14:00 短編映画を楽しむ	フリータイム ジグソーパズル 13:00 ジグソーパズル 10:00 11:00 13:00 14:00 15:00	10:30 セルフ足裏マッサージ体験 14:00 ゆるヨガ女子		11:00 PCでインターネット 14:00 ものづくりタイム 10:00 11:00 13:00 14:00 15:00	9:30 ボランティア活動 14:00 簡単ダンス体験	
24	25	26	27	28	29	30
	フリータイム 10:00~15:00 あすは見学および 個別相談 10:00 11:00 13:00 14:00 15:00	10:30 セルフ足裏マッサージ体験 14:00 簡単ダンス体験		11:00 PCでインターネット 14:00 ラジオ体操の時間	9:30 ボランティア活動 14:00 サイコロトーク 10:00 11:00 13:00 14:00 15:00	

※9:00～16:30の時間も、自由にお過ごしいただけます。お席にかぎりがあるため事前に電話連絡にて予約をしておくと便利です。
※上記のプログラムについては、ご予約ください。当日、参加したい、したくないなど気持ちが変わってもOKです。同じ時間に個人活動もOKです。