



# 1月の予定



	日	月	火	水	木	金	土
午前 ----- 午後	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;">           当面の間閉館時間が16時となります。            朝9時～10時ころ、夕方15時以降は送迎の都合により、センター内にスタッフが不在の場合があります。フリースペースとしてご利用いただけますので、ご理解・ご協力よろしく申し上げます。         </div>					1	2
						【完全休館】	【完全休館】
午前 ----- 午後	3	4	5	6	7	8	9
	【完全休館】	フリースタイル書初め やわらかくなるストレッチ	10:15～ 昼食会 【雑炊】 200円～ 百人一首をしよう	10:30～ ♪お菓子の会 【お汁粉】 200円～ あみ編みクラブ	フリータイム アクアリウム ラジオ体操	10:15～ 丼の日 200～300円 初詣でに行こう 【愛宕神社】	♪カレーdeランチ 【白菜カレー】 200円～ 休館 家族の日
午前 ----- 午後	10	11	12	13	14	15	16
	【休館】	【休館】	10:15～ 昼食会 【魚のムニエル】 200円～ 小人のくつや 【毛糸de三つ編みコースター】	スケッチ & 塗り絵 音楽鑑賞	フリータイム アクアリウム	10:15～ 麺の日 200～300円 やわらかくなるストレッチ	土曜ランチ 【簡単豚丼】 簡単筋トレをしよう
午前 ----- 午後	17	18	19	20	21	22	23
	【休館】	しゃべり場 やわらかくなるストレッチ	10:15～ 昼食会 【焼うどん】 200円～ 卓球部	ブロックをしよう 13:00～ ♪お菓子の会 【かぼちゃケーキ】 200円～	フリータイム アクアリウム ラジオ体操	10:15～ 丼の日 200～300円 ブロックをしよう	詩人の小部屋 カフェ風ドリンク
午前 ----- 午後	24	25	26	27	28	29	30
	【休館】	自主活動 やわらかくなるストレッチ	10:15～ 昼食会 【ロール白菜】 小人のくつや 【縫って作るフェルトドーナツ】	手芸の時間 脳トレ & なぞなぞ	フリータイム アクアリウム	10:15～ 麺の日 200～300円 やわらかくなるストレッチ	サンドウィッチの会 音楽鑑賞
午前 ----- 午後	31	<div style="background-color: #ffe6e6; padding: 10px;">           ♪は予約制です。参加を希望される方はスタッフまでお問い合わせください。            ・月～土の開所時間は、9：00～16：00です。            ・午前のプログラムは基本的に10：30～11：30 午後のプログラムは基本的に13：30～14：30 です。            ・日曜日、祝日は休館となります。レクのある日はレク以外のスペース利用はできませんのでご了承ください。         </div>					

## 1月のプログラム詳細

### ❀お正月企画❀

4日(月) AM フリースタイル書き初め

新年最初のプログラムは「フリースタイル書き初め」です。2021年の抱負や好きな言葉などを筆ペンにこだわらず自由に表現してみませんか？



5日(火) PM 百人一首をしよう



お正月遊びといえば、何を思い浮かべますか？羽子板や福笑い、かるたに百人一首…色々ありますが、センターでは久しぶりに百人一首をやってみたいと思います。ぜひご参加ください。

6日(水) AM お菓子の会「お汁粉」



冬と言えばあったかくて甘い「お汁粉」が食べたくありませんか？皆さんはつぶあん派でしょうか、こしあん派でしょうか？6日に来てくださった方と相談して作りたと思います。一緒に温まりましょう♪

8日(金) PM 初詣でに行こう

今年はコロナウィルスの心配もあるため、愛宕神社まで歩いて初詣でに行きます。まだ行っていないという方もこの機会にいかがでしょうか？

### 復活！サンドウィッチの会

30日(土) AM

何年ぶり…？という位、久しぶりにサンドウィッチの会をやりたいと思います。何を作るかは当日皆さんと相談して決めますので、好きな具材を教えてくださいね。

おいしいサンドウィッチを作りましょう♪



## プログラム予定

【昼食会】

日にち：5.12.19.26日(火)

時間：10:15～

費用：200円～

【麺・丼の日】

日にち：8.15.22.29日(金)

時間：10:15～

費用：200円～



メニューは当日皆さんと相談して決めます

【お菓子の会】

日時・内容



6日(水) 10:30～ 「お汁粉」

20日(水) 13:00～ 「かぼちゃケーキ」

費用：200円～

【小人のくつや】

日時・内容

12日(火) 13:30～

「毛糸de三つ編みコースター」

26日(火) 13:30～

「縫って作るフェルトドーナツ」

小物作りを楽しみましょう

【カレーdeランチ】

日時：9日(土) 10:30～

「白菜カレー」

費用：200円～

【土曜ランチ】

日時：16日(土) 10:30～

内容：簡単豚丼

費用：200円～

【カフェ風ドリンク】

日時：23日(土) 13:30～

費用：50円～

内容：当日相談して決めます

