



3月の予定



	日	月	火	水	木	金	土
午前		1 自主活動	2 10:15~ 昼食会 【ちらし寿司】 200円~	3 10:30~ ♪ひなまつり企画 【3色団子】 200円~	4 フリータイム	5 10:15~ 丼の日 200円~	6 10:15~ 土曜ランチ 【長ネギとカニのトマト クリームスパゲッティ】 200円~
	午後	やわらかくなる ストレッチ	カフェ風 ドリンク 50円~	小人のくつや 【フラワー ボール】	アクアリウム ラジオ体操	やわらかくなる ストレッチ	卓球部
午前	7 【休館】	8 しゃべり場	9 10:15~ 昼食会 【鶏の照り焼き】 200円~	10 スクラッチア ートをしよう	11 フリータイム	12 10:15~ 麺の日 200円~	13 カレーdeランチ 【ツナカレー】 200円~
	午後	【休館】	やわらかくなる ストレッチ	音楽鑑賞	トランプ をしよう	アクアリウム 簡単筋トレ をしよう	休館 家族の日
午前	14 【休館】	15 自主活動	16 10:15~ 昼食会 【肉うどん】 200円~	17 10:30~ ♪お菓子の会 【フレンチトースト】 100円~	18 フリータイム	19 10:15~ 丼の日 200円~	20 【休館】
	午後	【休館】	やわらかくなる ストレッチ	卓球部	小人のくつや 【マスク ケース】	アクアリウム ラジオ体操	やわらかくなる ストレッチ
午前	21 【休館】	22 しゃべり場	23 10:15~ 昼食会 【ミネストローネ】 200円~	24 スケッチ & 塗り絵	25 フリータイム	26 10:15~ 麺の日 200円~	27 詩人の小部屋
	午後	【休館】	やわらかくなる ストレッチ	ブロックス をしよう	散歩に行こう	アクアリウム 音楽鑑賞	カフェ風 ドリンク 50円~
午前	28 【休館】	29 自主活動	30 10:15~ 昼食会 【塩肉じゃが】 200円~	31 手芸の時間	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>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 くお願いします。</p> </div>		
	午後	【休館】	やわらかくなる ストレッチ	小人のくつや 【オリジナル はぎ作り】			
午前	♪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。						
午後	<ul style="list-style-type: none"> ・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、祝日は休館です。 						

3月のプログラム詳細

ひなまつり企画



3日(水) 10:30~

3月3日はひなまつりですね。ひなまつり企画として「3色団子」を作ります。前日2日の昼食会ではちらし寿司を作る予定でいますので、2日間に渡りひなまつり気分を味わいましょう♪男性の参加も大歓迎です。参加される方は予約をお願いいたします。

■参加費用：200円~



プログラム予定

【昼食会】

日にち：2, 9, 16, 23, 30日(火)

時間：10:15~

費用：200円~

【麺・丼の日】

日にち：5, 12, 19, 26日(金)

時間：10:15~

費用：200円~

内容：メニューは当日相談して決めます



【土曜ランチ】

日時：6日(土) 10:15~

費用：200円~

内容：長ネギとカニのトマトクリームスパゲッティ
市販のパスタソースをアレンジして作ります

【カフェ風ドリンク】

日にち：2日(火) 27日(土)

時間：13:30~

費用：50円~

内容：メニューは当日相談して決めます



【カレーdeランチ】

日にち：13日(土)

時間：10:30~

費用：200円~

内容：ツナカレー

【お菓子の会】

日時・内容

・17日(水) 10:30~

「フレンチトースト」

・31日(水) 13:00~

「抹茶ホワイトチョコスコーン」

費用：100円~



散歩に行こう

24日(水) 13:30~

春が近づいて、日中かなり暖かい日も出てきました。徐々に様々な花も咲き始めていますね。ゆっくりお散歩しながら春の空気を楽しみましょう♪
キレイな景色や草花など春を見つけて写真に収めるのも楽しそうです。ぜひご参加くださいね。



小人のくつや

3日(水) 17日(水) 30日(火)
13:30~

3月は3回小人のくつやを計画しています。

①3月3日(水) PM 「フラワーボール」

→発泡スチロールのボールに造花を刺して作ります。

②3月17日(水) PM 「マスクケース」

→マスクを使わない時にしまえるケースを作ります。

③3月30日(火) PM 「オリジナルはがき作り」

→スタンプやシール、絵を描くなどしてオリジナルのはがきを作ります。

みんなで小物作りを楽しみましょう♪

