



地域活動支援センター しかやま プログラム(案)

2016年3月の活動

月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5	日 6
					[休み]	[休み]
7	8	9	10	11	12	13
		料理プログラム	テニス (PM)		[休み]	[休み]
14	15	16	17	18	19	20
ヨガ					[休み]	春分の日 [休み]
21	22	23	24	25	26	27
振替休日 (休み)		料理プログラム			[休み]	[休み]
28	29	30	31			
ヨガ						

3月は温かくなる時期だし、お散歩ついでにお花見に行こっかなあ。たまり場なるこに卓球をしに行くのも良いかもあ♪



- ★ プログラムは、体調に合わせて参加してください。
- ★ プログラムへ参加を希望される方は前日までに掲示してあるポスターに名前を書か、スタッフにひと声かけて下さい。
- ★ プログラムにはお金がかかる場合があります。その場合は実費での参加をお願いします。
- ★ プログラム表の空欄はフリーの時間になっています。フロアでは自由に過ごしたりできます。
- ☆ プログラムは皆さんの意見を取り入れ随時変更していきます。