

地域活動支援センター ハートランドさくら 令和6年6月プログラム

週 曜日	月		火		水		木		金		土		日		
第1週		A M P M	 6月											1	2
第2週	3	A M	フリートーク	4	ガーデニング 水やり・草取り	5	脳トレ みんなで一緒にクイズ に挑戦しよう！	6	創作活動 フェルト マスコット作り	7	読書の日 図書館から本を借りて きて読書します	8	休み	9	休み
		P M	軽運動 ・ストレッチ軽体操 ・卓球		スタディールーム (センター) 「時間管理について」		スポーツ ・ウォーキング ・バドミントン ・ソフトバレー		SST (自立訓練と合同)						
第3週	10	A M	ガーデニング 水やり・草取り	11	フリートーク	12	外出行事 夜越山森林公園 昼食：うどん屋 「しろ」	13	ガーデニング 水やり・草取り	14	創作活動 フェルト マスコット作り 映画鑑賞 (パーフェクトワール ド)	15	休み	16	休み
		P M	創作活動 フェルト マスコット作り		SST (センター)		スタディールーム (自立訓練と合同)								
第4週	17	A M	ガーデニング 水やり・草取り	18	福祉バザール 定員1名 参加されない方は 午前 脳トレ 午後 創作活動 となります	19	創作活動 フェルト マスコット作り	20	創作活動 絵画 絵を描きます	21	ガーデニング 水やり・草取り おやつ作り (ホットク)	22	休み	23	開所日 金谷公園の 「いうにち」と いうイベントに 行きます
		P M	ミュージックセラピー (自立と合同)		スポーツ ・ウォーキング ・バドミントン ・ソフトバレー		SST (自立訓練と合同)								
第5週	24	A M	創作活動 絵画 絵を描きます	25	ガーデニング 水やり・草取り	26	レクリエーション (トランプやオセロ、将 棋などいろいろなゲーム をします)	27	創作活動 フェルト マスコット作り	28	脳トレ みんなで一緒にクイズ に挑戦しよう！ 創作活動 フェルト マスコット作り	29	休み	30	休み
		P M	軽運動 ・ストレッチ軽体操 ・卓球		SST (センター)		スポーツ ・ウォーキング ・バドミントン ・ソフトバレー		スタディールーム (自立訓練と合同)						

★参加申し込み・問い合わせ先：ハートランドさくら 28-2312 (佐藤・川森・島田・上野)

★お買い物・外出・下北名所めぐり・外出行事は、定員になり次第締め切りとさせていただきますので、お早めにお申し込みくださるようお願いいたします。