



2025 年

月

火

水

木

金

土

【昼食会】参加費 300 円・当日参加 OK。事前予約不要です。  
プロン&三角巾を持参の上 10:00 までに来所ください。

1

2

3

**外出**  
**いちごパフェ**  
11:00 集合  
(車で移動)  
ご注意: 昼食はありません。各自で済ませてからご参加下さい。

4

11:00 頃  
ラジオ体操  
朝の集い

5

11:00 頃  
ラジオ体操  
朝の集い

6

11:00 頃  
ラジオ体操  
朝の集い

7

10:00~13:30  
**昼食会&掃除**  
参加費 300 円

8

13:30~15:30  
ボランティアさん  
**編み物 教室**  
初心者歓迎  
当日参加 OK

13:30~14:30 頃  
**ひな祭り**  
雛あられで、おしゃべり会

13:30~14:30  
**握力測定 & 豆つかみ**

13:30~14:30  
SST ゲーム  
(Social Skills Training)  
対人関係勉強会

9

10

10:00~13:00  
**昼食会**  
参加費 300 円

13:10~16:00  
**室内カラオケ**

11

11:00 頃  
ラジオ体操  
朝の集い

12

11:00 頃  
ラジオ体操  
朝の集い

13

11:00 頃  
ラジオ体操  
朝の集い

14

10:00~13:30  
**昼食会&掃除**  
参加費 300 円

15

13:30~15:00 頃  
ハンドメイド  
春の装いに最適  
「種ブローチ」  
を作ろう♪

13:30~14:30  
まんだら  
塗り絵   
**ジグソーパズル**

13:30~14:30  
**遠足ミーティング**

13:30~14:30 頃  
妖精ダンス部会  
超話題の「**APT. アパトゥ**」踊ろう♪

16

17

10:00~13:30  
**昼食会&掃除**  
参加費 300 円

13:30~14:30  
春待ち川柳と  
お茶会

18

11:00 頃  
ラジオ体操  
朝の集い

19

11:00 頃  
ラジオ体操  
朝の集い

20

**春分の日**  
  
【祝日】

21

10:00~13:30  
**昼食会&掃除**  
参加費 300 円

22

13:30~15:30  
ボランティアさん  
**編み物 教室**  
初心者歓迎  
当日参加 OK

13:30~14:30  
**スケッチ会**

13:30~14:30  
**遠足ミーティング**

13:30~14:30  
**遠足ミーティング**

23

24

10:00~13:30  
**昼食会&掃除**  
参加費 300 円

13:30~15:00 頃  
**外出お花見散歩**  
【雨天中止】

25

11:00 頃  
ラジオ体操  
朝の集い

26

11:00 頃  
ラジオ体操  
朝の集い

27

11:00 頃  
ラジオ体操  
朝の集い

28

10:00~13:30  
**昼食会&掃除**  
参加費 300 円

29

13:10~16:10 頃  
**室内カラオケ**

13:30~14:30  
**卓球選手権**  
  
14:30~15:30  
**トランプゲーム**

13:00~15:30 頃  
**テニスサークル**  
【雨天中止】  
参加費 150 円

13:30~15:00 頃  
**外出お花見散歩**  
【雨天中止】

30

31

10:00~13:30  
**昼食会&掃除**  
参加費 300 円

13:30~16:00 頃  
**外出お花見 (車移動)**  
図書館と等彌神社  
【ご注意】参加者 7 名まで  
多数の場合は抽選となります

「お花見散歩」プログラムは 3 月下旬~ 4 月上旬にかけて実施します  
天候や開花状況により、日時が変更になる場合があります。  
事前に、地活「こころ」まで、お問合せ頂くと確実です。よろしくお祈りします。  
TEL 0744-45-1030

### 【編み物】

今月は **4(火)・18(火)** です!

編み物講師のボランティアさんが個別に丁寧にご指導くださいます。初めてでも安心♪当日参加 OK。お試し参加の材料費は無料です。お気軽にご参加ください。



### テニスサークル

#### 再開のお知らせ

春が来たので再開します~♪

ラケット不要、未経験の方も大丈夫。動きやすい服装と運動靴で、お気軽にご参加ください。

●参加費 150 円(テニスコート レンタル料として)

【雨天の場合】

当日、昼過ぎの天候で決まります。(テニスコート管理者判断) 天候が不安定な場合は、地活「こころ」まで、電話にてお問合せ下さい。

**プログラムの参加・不参加は自由です。**

地活「こころ」の空間で、仲間同士マナーを守りながら、ご自分のペースを大切に、ゆったり過ごして下さい。

