

2025年5月

※毎朝の「ラジオ体操/朝の集い」は、集合時間を決めずに、様子をみながらのスタートとなります。

日	月	火	水	木	金	土
	【昼食会】 ●参加費 300 円 ●当日参加 OK ●10:00 までにご連絡 ください。多少 遅れても大丈夫♪ ●エプロン&三角巾を 持参下さい。	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。 	1 ラジオ体操/朝の集い 13:30～14:30 握力測定&豆つかみ 14:30～ ジグソーパズル	2 10:00～13:30 昼食会&掃除 13:30～14:30 SST ゲーム (Social Skills Training) 対人関係勉強会	3	
4	5	6	7	8	9	10
	こどもの日	振替休日	ラジオ体操/朝の集い	ラジオ体操/朝の集い	10:00～13:30 昼食会&掃除	
			13:30～14:30 まんだら塗り絵 14:30～ ジグソーパズル	13:30～14:30 園芸こころ菜園① (苗購入&植え付け)	13:30～14:30 伝統工芸 組紐 材料費：体験は無料	
11	12	13	14	15	16	17
	10:00～13:10 昼食会	ラジオ体操/朝の集い	ラジオ体操/朝の集い	ラジオ体操/朝の集い	10:00～13:30 昼食会&掃除	
	13:10～16:10 頃 室内カラオケ	13:30～15:30 編み物 教室 初心者歓迎	13:30～14:30 スケッチ会 14:30～15:30 トランプゲーム	13:30～14:30 頃 園芸こころ菜園② (絵日記)	13:30～15:30 第 2 回 ダンス部	
18	19	20	21	22	23	24
	10:00～13:30 昼食会&掃除	ラジオ体操/朝の集い	ラジオ体操/朝の集い	ラジオ体操/朝の集い	【遠足】 9:20～16:30 頃 (雨天決行) 地活こころ閉所	
	13:30～15:30 外出 図書館 (車移動 7 名まで)	13:30～14:30 第 42 回卓球選手権 (賞状&景品付き♪)	13:30～14:30 粘土細工 材料費：50 円	13:30～15:30 遠足ミーティング 「遠足コース下調べ♪」		
25	26	27	28	29	30	31
	10:00～13:30 昼食会&掃除	ラジオ体操/朝の集い	ラジオ体操/朝の集い	ラジオ体操/朝の集い	10:00～13:00 昼食会	
	13:30～14:30 川柳とお茶会	13:30～15:30 編み物 教室 初心者歓迎	13:30～15:30 園芸こころ菜園③ (支柱立て)	13:00～15:30 頃 テニスサークル 【雨天中止】 参加費 150 円	13:10～16:10 頃 室内カラオケ	

【編み物】

13(火)・27(火)

編み物講師ボランティア
さんが、丁寧に指導く
ださいます♪まったく初
めての方も、大丈夫♪

●費用:まずは無料でチ
ャレンジ OK

●かぎ針/棒針、お好みて
選べます。編みたい作品が
あればご相談を♪

時間:13:30～15:30



5/23 日(金) 遠足参加者募集中

●時 間：9:20 陽だまり玄関集合 16:30 頃解散

- 10:30 頃 東大寺 大仏殿前駐車場 到着
- 11:00 頃 眺めの良い和食レストラン♪
- 12:30 頃 東大寺大仏殿拝観
- 13:30 【A】・【B】2つのコースから選択
申し込みの際、A・B どちらかお選び下さい。
➡【A】 大型バスで奈良奥山ドライブウェイ
➡【B】 東大寺ミュージアム
- 14:30 【C】・【D】2つのコースから選択
➡【C】 二月堂 (東大寺境内 片道徒歩 550m)
➡【D】 のんびり～鹿さんとたわむれる♪
- 15:30 バス発車
- 16:30 頃 陽だまり玄関前 着

●参加費

：大仏殿 350 円・東大寺ミュージアム 350 円
(いずれも福祉手帳持参の場合)

：昼食代 2,000 円前後 ※メニューから選びます
※前払いで 3,000 円をお預かりし、後日に残金をお返しします。
※お土産・自販機飲み物・鹿せんべい等々は各自での負担となります。

●交通手段：大型バスで移動

◆当日 5/23 (金) は
「こころ」を閉所します◆