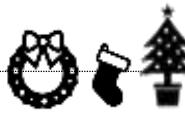


2025年

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

日	月	火	水	木	金	土
	1 10:00~13:30 昼食会&掃除	2 ラジオ体操/朝の集い	3 ラジオ体操/朝の集い	4 ラジオ体操/朝の集い	5 10:00~13:30 昼食会&掃除	6
	13:30~14:30 ハッピー クリスマス デコレーション 飾り付け♪タイム	13:30~15:30 ボランティアさん 編み物 教室 初心者歓迎♪	13:30~14:30 まんだら塗り絵 14:30~ ジグソーパズル	13:30~14:30 創作 「手作り打楽器」 練習会	13:30~14:30 クリスマス会 準備 ミーティング	
7	8 10:00~13:10 昼食会	9 ラジオ体操/朝の集い	10 ラジオ体操/朝の集い	11 ラジオ体操/朝の集い	12  クリスマス会 13:30~15:30頃	13
	13:10~16:10頃 室内カラオケ クリスマス定番ソング いかがですか(*^*)v	13:30~14:30 本番直前! リハーサル (予行練習)	13:30~14:30 スケッチ会 14:30~15:30 トランプゲーム	13:30~14:30 クリスマス会 準備 (会場設営)		
14	15  クリスマス会 13:30~15:30頃	16 ラジオ体操/朝の集い	17 ラジオ体操/朝の集い	18 ラジオ体操/朝の集い	19 ラジオ体操/朝の集い	20
		13:30~15:30 ボランティアさん 編み物 教室 初心者歓迎♪	13:30~14:30 奈良県障害者作品展 クリスマス会 振り返り ミーティング	13:30~15:30頃 テニスサークル 【雨天中止】 参加費 150円	13:30~14:30 ファイナルファンタジー サークル⑥	
21	22 10:00~13:30 昼食会&掃除	23 ラジオ体操/朝の集い	24 ラジオ体操/朝の集い	25 ラジオ体操/朝の集い	26 ラジオ体操/朝の集い	27
	13:30~15:30頃 外出 図書館 (車移動7名まで)	13:30~14:30 年納め! 第49回卓球選手権 (賞状&景品付き♪)	13:30~14:30 お掃除勉強会 「ピカピカ大作戦」 ★(*^*)★	13:30~15:30頃 大掃除 & お汁粉	13:30~14:30 来年の小さな目標 カード作り ♪	
28	29	30	31			

年末は12月26日(金)まで、年始は1月5日(月)から開所です



クリスマス、大晦日、お正月と一年で一番イベントが多い時期です。「普段と違う」日常に、生活リズムが乱れたり、孤独感が大きくなったりと「実はこの時期が苦手」だと話されるメンバーさんも少なくありません。また、年明けから乱れた生活を取り戻すために苦労される方も多いです。新たな年を、気持ち良くスタートできるように、いつも以上に食事・睡眠・運動を大切に生活リズムを意識して、お過ごしください。



編み物

月2回定期開催中♪

2日(火)・16日(火) 当日参加OK

編み物講師ボランティアさんが、丁寧にご指導くださいます♪まずは無料でチャレンジ

・時間:13:30~15:30

伝統工芸 組紐

お正月に自慢しよう♪
気になった方、スタッフまでお気軽に、お申し出ください。

参加費: 体験&練習は、無料

※練習の糸は「毛糸」を使用して頂きます。本格的な「絹糸」を使用される場合は、材料費を申し受けます。

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。



おしゃせ

17 日(水)13:30~

たくさんのメンバーさんが出品くださった「奈良県障害者作品展」と「クリスマス会」の振り返りミーティングを実施します。お互いの感想を共有することでさらに経験値アップ!