



2025

すみだ地域活支援センター友の家

11月の予定



日	月	火	水	木	金	土
憩い	11:00~18:00		憩い	13:00~19:00	11:00~18:00	10:00~18:00
来所	11:00~18:00	11:00~17:00	来所			
電話	13:00~17:00		電話	13:00~17:00		
						1 昼食会(予約制) ミーティング 14時~
2 閉所	3 閉所 	4 ミーティング 14時~	5 閉所	6 13時~19時まで 開いています 夕食会は 休止です。	7 金曜プログラム 14時~ 呼吸エクササイズ	8 昼食会(予約制) ミーティング 14時~ おしゃべりワーク 16:30~17:30
9 閉所	10 OTプログラム	11 ミーティング 14時~	12 閉所 	13 旅行行事 のため 終日閉所 となります	14 金曜プログラム 14時~ DVD鑑賞会 (作品は未定です)	15 昼食会(予約制) ミーティング 14時~
16 閉所	17 OTプログラム	18 ミーティング 14時~	19 閉所	20 13時~19時まで 開いています 夕食会は 休止です。	21 金曜プログラム 14時~ ひがしんアリーナ で運動	22 昼食会(予約制) ミーティング 14時~ おしゃべりワーク 16:30~17:30
23 閉所 	24 閉所 振替休日	25 ミーティング 14時~	26 閉所	27 13時~19時まで 開いています 大掃除 14時~	28 新しいお茶会 14時~ 外にお茶をしに 行きます	29 昼食会(予約制) ミーティング 14時~
30						

☆プログラムによって実費負担が異なります。(詳しくはお問い合わせください)

☆毎日16時から座ってできる簡単な体操をしています。(スタンプを貯めてジュースをもらおう！)

☆昼食会の予約は前日の17時までです。メニューはX(旧Twitter)でお知らせします。

☆その他変更などあった際にはX(旧Twitter)でお知らせします。

☆マスクの着用は任意となっています。座席の制限もありません。検温は引き続き行います。

