







2026

すみだ地域活支援センター友の家

2月の予定



日	月	火	水	木	金	土
憩い 来所 電話	11:00~18:00	11:00~17:00	憩い 来所 電話	13:00~19:00	11:00~18:00	10:00~18:00
	13:00~17:00			13:00~17:00		
1 閉所	2 OTプログラム	3 ミーティング 14時~ 	4 閉所	5 13時~19時まで 開いています 夕食会は 休止です。	6 金曜プログラム 14時~ 呼吸エクササイズ	7 昼食会(予約制) ミーティング 14時~
8 閉所	9 OTプログラム	10 ミーティング 14時~	11 閉所 	12 13時~19時まで 開いています 大掃除 14時~ おしゃべりワーク 17:30~18:30	13 金曜プログラム 14時~ 博物館・美術館巡り 行き先は未定です	14 昼食会(予約制) ミーティング 14時~
15 閉所	16 OTプログラム	17 ミーティング 14時~	18 閉所	19 13時~19時まで 開いています 夕食会は 休止です。	20 金曜プログラム 14時~ DVD鑑賞会 (作品は未定です)	21 昼食会(予約制) ミーティング 14時~
22 閉所	23 閉所 	24 ミーティング 14時~	25 閉所	26 13時~19時まで 開いています 大掃除 14時~	27  新しいお茶会 14時~ 外にお茶をしに 行きます	28 昼食会(予約制) ミーティング 14時~
1 閉所	2 OTプログラム	3 ミーティング 14時~	4 閉所	5	6 金曜プログラム 14時~ 呼吸エクササイズ	7 昼食会(予約制) ミーティング 14時~

☆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時から座ってもできる簡単な体操をやっています。(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。

