



2025

すみだ地域活支援センター友の家

# 1月の予定



| 日               | 月  | 火                    | 水   | 木   | 金   | 土   |
|-----------------|--|----------------------|---|---|---|---|
| 憩い<br>来所<br>電話  | 11:00~18:00  | 11:00~17:00          | 憩い<br>来所<br>電話                                | 13:00~19:00   | 11:00~18:00                                     | 10:00~18:00   |
|                 | 13:00~17:00  |                      |   |   | 13:00~17:00                                     |   |
|                 |  |                      | <b>1 2 3</b><br>閉所<br><b>1月3日まで<br/>お休みです</b> |   |   | <b>4</b><br>フリースペース<br><b>1月4日(土)は<br/>プログラムなしです</b>  |
| <b>5</b><br>閉所  | <b>6</b><br>ミーティング<br>14時~<br>ボードゲームの会<br>15:00~16:00  | <b>7</b><br>OTプログラム  | <b>8</b><br>閉所                                | <b>9</b><br>13時~19時まで<br>開いています<br>大掃除<br>14時~              | <b>10</b><br>お茶会<br>14時~                        | <b>11</b><br>麻雀の会(初心者の方)<br>10:15~11:45<br>14:00~15:30<br>昼食会(予約制)<br>ミーティング 13時~<br>おしゃべりワーク |
| <b>12</b><br>閉所 | <b>13</b><br>閉所<br>成人おめでと<br>                          | <b>14</b><br>OTプログラム | <b>15</b><br>閉所                               | <b>16</b><br>13時~19時まで<br>開いています<br>夕食会(予約制)<br>「モツ煮」       | <b>17</b><br>お茶会<br>14時~                        | <b>18</b><br>麻雀の会<br>10:15~11:45<br>14:00~15:30<br>昼食会(予約制)<br>ミーティング 13時~                    |
| <b>19</b><br>閉所 | <b>20</b><br>ミーティング<br>14時~<br>ボードゲームの会<br>15:00~16:00 | <b>21</b><br>OTプログラム | <b>22</b><br>閉所                               | <b>23</b><br>13時~19時まで<br>開いています<br>大掃除<br>14時~             | <b>24</b><br>お茶会<br>14時~                        | <b>25</b><br>麻雀の会<br>10:15~11:45<br>14:00~15:30<br>昼食会(予約制)<br>ミーティング 13時~<br>おしゃべりワーク        |
| <b>26</b><br>閉所 | <b>27</b><br>ミーティング<br>14時~<br>ボードゲームの会<br>15:00~16:00 | <b>28</b><br>OTプログラム | <b>29</b><br>閉所                               | <b>30</b><br>1日レク<br>レクの詳細は<br>お問合せ下さい<br>電話・来所相談は<br>ありません | <b>31</b><br><br>お茶会<br>14時~<br>外にお茶をしに<br>行きます |   |

☆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やっていきます。(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。

