

2021



# かんらん予定表(前半)

銚子市地域活動支援センター かんらん  
〒288-0048 銚子市双葉町6-12  
☎・FAX0479-24-7730

## おしらせ

- ①マスクを**必ず**着用して下さい。
- ②入口で**手指の消毒**をお願いします。
- ③**検温と体調面の確認**をさせていただきます。



ご不便をおかけしますが、ご協力  
よろしくお願いたします。



コロナウイルス感染予防対策として以下のプログラムは**当面の間お休み**します。

- 料理・お菓子プログラム
- マスクをして合唱プログラム(平日・土)  
再開は、もう暫くお待ちくださいませ。

火	水	木	金	土
<p>2</p> <p>季節の折り紙</p> <p>ハンドマッサージで 血流を促そう! かかとトントン運動50回!</p>	<p>3</p> <p>大人のぬり絵</p> <p>13:15~ひなまつり しずかに幸せを 願おう!</p>	<p>4</p> <p>パン販売休み</p> <p>季節の折り紙</p> <p>かかとトントン運動50回! 椅子に座って 健康体操</p>	<p>5</p> <p>大人のぬり絵</p> <p>スムージーの日 12:00 50円</p> <p>卓上ゲーム 自由活動</p>	<p>6</p> <p>各自フリー活動!</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・創作活動OK</li> <li>・順番でパソコンタイムOK</li> <li>・読書タイムOK</li> </ul> <p>自分時間を楽しもう♪</p>
<p>9</p> <p>折り紙を折ろう!</p> <p>大人のぬり絵</p> <p>かかとトントン運動50回!</p>	<p>10</p> <p>エステ気分の日 10:00~15:00</p> <p>大人のぬり絵</p> <p>アロマで リラックスタイム</p>	<p>11</p> <p>パン販売休み</p> <p>自分のお守り を作ってみよう!</p> <p>お茶をたてて 静かに味わう日 13:30~ 50円</p> <p>卓上ゲーム・自由活動</p>	<p>12</p> <p>たまごポプリ作り</p> <p>かかとトントン運動50回! 椅子に座って 健康体操</p>	<p>13</p> <p>ピアサポートひかり 10時~ ミーティング(佐野長レンタル室)</p> <p>卓上ゲーム 自由活動</p>
<p>16</p> <p>ユーチューブ見ながら 水彩色鉛筆で 絵を描いてみよう</p> <p>かかとトントン運動50回! 椅子に座って 健康体操</p>	<p>17</p> <p>季節の折り紙</p> <p>スムージーの日 12:00 50円</p> <p>天気良ければ 図書館に行きますか</p>	<p>18</p> <p>パン販売休み</p> <p>視力アップのぬり絵</p> <p>ピアサポート相談事業 学習会 勤労コミュニティセンター 13時~「グループホームを知ろう」 14時30分~個別相談</p>	<p>◆開所は9時から、閉所は15時30分までになります。</p> <p>◆プログラムは状況により、予告なく変更・中止することがあります。</p> <p>◆『警報』が出た場合は、休館になることもあります。 豪雨や強風の際には、8:30以降電話での確認をお願い致します。皆様の安全が第一です。</p> <p>◆不安定な病状や発作が続く場合は、病状の安定が優先となりますので、ご来所をご遠慮していただく場合もあります。</p> <p>ご理解とご協力どうぞ宜しくお願い致します!</p>	

日時:令和3年3月18日(木)

13時~14時30分

**入場無料**

参加者  
募集中

テーマ:「グループホームを知ろう」

場所:銚子市勤労コミュニティセンター2階

対象者:当事者の方やそのご家族・関係者、  
ピアサポートに興味や関心がある方

ピアサポーターによる個別相談のお知らせ

日時:令和3年3月18日(木) 14時30分~16時30分

場所:同上

相談対象:当事者の方そのご家族様、ピアサポートに興味関心がある方  
※病気のことや薬のこと、生活や家族や仕事の悩み等困っていることを  
何でもご相談下さい!

ピアサポートひかり  
ミーティングのお知らせ



【日時】  
R3年3月13日(土) 10時~

【場所】  
佐野長不動産 レンタル会議室 2階  
※マスク着用をお願いします!