2026 11月 November

銚子市地域活動支援センターⅠ型

かんらん予定表

〒288－0043　銚子市東芝町5－1
TEL・FAX:0479－24－7730
休み:日・月・祝日(月曜が祝日の場合翌日休み)
開所時間：9時～16時30分

マスクの着用は原則個人の判断に任せることになりました。調理プログラムに参加される方は衛星面のため着用をお願いいたします。また、咳などの症状がある方は、周囲へのご配慮の為着用をお願いいたします。

秋が深まってきました。芸術の秋、食欲の秋、読書の秋。スポーツの秋。どの秋を楽しみますか？朝晩の寒暖差に体調も左右されます。インフルエンザも流行っています、お互い気を付けましょう！
※台風や悪天候で**警報**が発令された場合は、休館になります。来所前に、TV等で警報確認お願い致します。皆様の安全が第一！

※プログラムの急な変更もあります。参加人数が少ない場合は、自由活動になる場合もあります。
※一人時間やグループ交流　その時の気分で自分時間を過ごしませんか？

(作り置きOKの場合)
★印の調理プログラム
参加費プラス50円
※調理開始時間遅れた方も参加費＋50円

★がない調理プログラムは、差額なしで作り置きできます。予約をお願いします。

ピアサポートひかりミーティング
言葉の力って偉大！
11月14日(土)
10：30～
佐野長
不動産2F

日	月	火	水	木	金	土
ピアサポート事業・交流会 日時:R8年11月5日(木) 13:30～15:00頃まで 「近隣事業所との交流～パレット銚子・職員のお話を聞こう～」 パレット銚子プログラムの体験 参加費:無料 場所:かんらん			**★今月お疲れさま39Day★ 28日** ハズレくじがない！ ポイントをゲットしてお得にプログラム参加しよう♪ 来所者にラッキーくじ引き用意してます！ **～カラオケについて～** 開始時間5分前に、歌う順番をじゃんけんかくじ引きで決定します。ご協力お願いします。	**11月＆12月スタンプラリー開催します★** 5日間来所毎にプレゼント用意！ パーフェクトの方には？？？	**「かんらん日帰り旅行」** 日時:R8年11月21日 参加費＊800円 佐原めぐり 伊能忠敬記念館 しゃぶ葉ランチ 佐原道の駅、香取神宮等 行先は天候等の影響で変更の場合があります 詳細は後日お知らせ。
1	2 定休日	3 文化の日	4 大人のぬり絵time ゆったりと～ バナナスムージーの日 当日11:30まで受付 12時提供 50円～ 遅カラオケ 15:00～16:00 自分時間・ゲーム等	5 朝カラオケ 10:00～11:00 ピアサポート事業交流会「パレット銚子・職員のお話を聞こう！プログラム体験 等」 13:30～15:00頃まで 場所:かんらん	6 アイロンビーズで飾り作り★ 午後カラオケ 13:15～14:30 スイッチtime 1時間＆自分時間	7 パンケーキ作り 10:15～終わり次第終了(限15) 150円(ドリンク付) カラオケtime 13:15～15:30 スイッチtime 1時間＆自分時間
8	9 定休日	10 朝カラオケ 10:00～11:00 バナナスムージーの日 当日11:30まで受付 12時提供 50円～ スイッチtime 1時間＆自分時間	11 大人のぬり絵time ゆったりと～ カルメ焼き 参加費無料(一人1個) 13:15～終わり次第終了 2個目～は30円 スイッチtime 1時間＆自分時間	12 ★ワンパンパスタ作り 10時30分～(限定10) 300円 予約優先 作り置き 3名まで レザークラフト 革細工小物作り★ 13:30～ 200円～ 自分時間・ゲーム等	13 プラ板で小物作り 抹茶＆わらび餅風 13:15～(限10) 100円 予約優先 遅カラオケ 15:00～16:00	14 カレーの日(サラダ付き) 250円(大盛350円) 予約締切11月13日(金) PM女性ピアサポーター個別相談Day(予約優先) カラオケtime 13:15～15:30
15	16 定休日	17 朝カラオケ 10:00～11:00 ドリンク喫茶 (なくなり次第終了) 13時15分～16時 スイッチtime 1時間＆自分時間	18 ★手作り豚まんランチ 10:30～(限10) 300円予約優先 遅カラオケ 15:00～16:00 スイッチtime 1時間＆自分時間	19 朝カラオケ 10:00～11:00 レザークラフト 革細工小物作り★ 13:30～ 200円～ 自分時間・ゲーム等	20 大人のぬり絵time ゆったりと～ 自分クレープ作り 13:15～終わり次第終了 150円ドリンク付(限10) スイッチtime 1時間＆自分時間	21 日帰り旅行 佐原観光 ぶらり佐原 しゃぶ葉でランチ (1日閉館です)
22	23 勤労感謝の日	24 振替休日	25 セルフ美容の日 洗顔して美顔器でスチーム。パックしてスキンケアしよう！ 午後カラオケ 13:15～14:30 スイッチtime 1時間＆自分時間	26 ワッフル作り 10:00～11:00 150円 (ドリンク付)(限10) 13:15～14:00頃 書道の日 スイッチtime 1時間＆自分時間	27 芸術の秋 創作活動に没頭しようDay 芸術の秋 ドリンク喫茶 (なくなり次第終了) 13時15分～16時 UNO・ブロックス等	今月お疲れさま39Day★ 28 ★3色丼ランチ 10:30～順次用意 参加費300円(限定15) カラオケtime 13:20～15:30 スイッチtime 1時間＆自分時間