

2024

銚子市地域活動支援センター I 型

〒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)

かんらん予定表

開所時間:9時~16時30分

~ご利用の際のお願い~

マスクの着用 引き続きお願い致します。

~調理プログラム内容の変更について~

物価高騰が続いており、今までの内容での提供が難しい現状です。7月からは、大変心苦しいですが、副菜を抜き、メインの料理とスープでの提供とし、据え置き価格でご案内していきます。ご理解ご協力お願い致します。

(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
※開始時間10分経過した場合もプラス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

7月13日(土)
10:30~
佐野長
不動産 2F



七夕風
ドリンク1杯
無くなり次第終了

恒例の7月~8月までスタンプラリーを開催します!来所すると嬉しいなことがあります~♡
9月末まで、調理した食べ物を持ち帰りは、食中毒の恐れがあるため中止します。ご協力お願い致します。

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|----|----|----|----|----|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

七夕

スタンプラリースタート!!

朝カラオケ
10:00~11:15

スミージーの日
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

七夕風デザート作り
(大福&フルーツ寒天ケーキ)
10:00~予約優先(限定10)
200円 食べるのは午後!

午後カラオケ
13:15~14:45

書道の日

自分時間・ゲーム等

★生姜焼きワンプレート
10:30~予約優先
250円(限定10食)

13:15~14:15頃
書道の日

ジェンガ!ゲーム他

自分時間・ゲーム等

エステでリラククス
美顔器でスチーム&
パック&保湿♪紅茶付

大人のぬり絵time
ゆったりと~

遅カラオケ
15:00~16:00

自分時間・ゲーム等

来場者特典
暑いからこそ!
醤油ラーメン&サラダ
10時30分~(限定15)
順番に各自作ります! 250円
(作り置き不可)

カラオケtime
13:15~15:45
途中換気しながら

自分時間・ゲーム等

大人のぬり絵time
ゆったりと~

スミージーの日
当日11:30まで受付
12時提供 50円~

カードゲーム

スイッチtime
1時間&自分時間

スクラッチ
アートを
楽しもう★

かき氷Day50円~
13:15~14:30
氷がなくなり次第終了★

麻雀先生がいたら
マージャン!

自分時間・ゲーム等

朝カラオケ
10:00~11:15

PMピアスタッフ来所Day
(PMピア個別相談・要予約)
ベーカステラ団子!?
150円 ドリンク付
13:15~14:15頃
(パンケーキケッチェット使えます)

自分時間・ゲーム等

折り紙倶楽部
一緒に創作
しましょう~!

エステでリラククス
美顔器でスチーム&
パック&保湿♪紅茶付

遅カラオケ
15:00~16:00

自分時間・ゲーム等

10時30分~
ピアサポートひかり
ミーティング

要予約
カレーの日(サラダ付き)
250円(大盛350円)
予約締切7月12日(金)
11:30頃~順次用意

PM女性ピアサポーター
個別相談Day(予約優先)
ドリンク喫茶
(なくなり次第終了)
13時15分~16時

スクラッチ
アートを
楽しもう★

朝カラオケ
10:00~11:15

エステでリラククス
美顔器でスチーム&
パック&保湿♪紅茶付

スイッチtime
1時間&自分時間

ペーパークラフト
集中して作品を
作ろう!

冷抹茶の日&茶菓子
100円 13:15~
限定10食

遅カラオケ
15:00~16:00

自分時間・ゲーム等

朝カラオケ
9:30~11:45

ピアサポ事業学習会
「笑って元気!楽しい
『笑いヨガ』
場所:中央コミセン
時間:13時30分~15時
(開催中は休館。15:30頃~
再開所予定です。)

自分時間・ゲーム等

エステでリラククス
美顔器でスチーム&
パック&保湿♪紅茶付

自分クレープ作り
13:15~14:30
150円ドリンク付(限12)
麻雀先生がいたら
マージャン!

スイッチtime
1時間&自分時間

朝カラオケ
9:30~11:45

かんらんバーガー
注文9時~提供12時頃
(限定食です 当日の予約)
250円 限定12食
PM13:15~
かんらんカフェ

自分時間・ゲーム等

スクラッチ
アートを
楽しもう★

朝カラオケ
10:00~11:15

エステでリラククス
美顔器でスチーム&
パック&保湿♪紅茶付

スイッチtime
1時間&自分時間

アロマで瞑想
リラックスしよう
10:30~11:15

スミージーの日
当日11:30まで受付
12時提供 50円~

午後カラオケ
13:15~14:45

自分時間・ゲーム等

ペーパー
クラフト

PMピアスタッフ来所Day
(PMピア個別相談・要予約)

かき氷Day50円~
13:15~14:30
氷がなくなり次第終了★
麻雀先生がいたら
マージャン!

スイッチtime
1時間&自分時間

実習生

★冷やし中華
250円 限定10食
10時30分~ 各自盛付
サイコロトーク
13:15~14:15頃
実習生と話そう!

遅カラオケ
15:00~16:00

自分時間・ゲーム等

朝カラオケ
9:30~11:45

13:15~14:15頃
書道の日

ドリンク喫茶
(なくなり次第終了)
14時30分~16時
自分時間・ゲーム等

朝カラオケ
10:00~11:15

スミージーの日
当日11:30まで受付
12時提供 50円~

13:15~テーブル
カーリングtime
人数少ない場合は中止

スイッチtime
1時間&自分時間

今月お疲れさま
39Day★

★タコライス
10:30~予約優先
250円(限定10食)

遅カラオケ
15:00~16:00

スイッチtime
1時間&自分時間

ピアサポ事業学習会

笑って元気!楽しい『笑いヨガ』
講師:笑いヨガリーダー ノ宮博子様
場所:中央コミセン
時間:13時30分~15時
(開催中は休館。15:30頃~再開所
予定です。) お間違えのないように
ご注意くださいませ★

~悪天候の場合~
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!

~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。