

2025

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)

開所時間:9時~16時30分



# かんらん予定表

~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。

7月到来! 梅雨シーズンを過ぎたら、暑い  
 ギラギラした夏が始まりますね! お互い、  
 体調に気を付けて楽しい夏にしたいですね★  
 7月27日(日)「かんらん」にて、ピアサポ  
 事業の交流会があります。9時~15時30分ま  
 で開所しています。ご利用下さいませ♡

※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  
 るか?

(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!

7月12日(土)  
 10:30~  
 佐野長  
 不動産 2F



| 日  | 月                    | 火                                                                                                                                                          | 水                                                                                                                    | 木                                                                                                                                                 | 金                                                                                                                                                                       | 土                                                                                                                                                                                                    |
|----|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                      | <b>こころの日 1</b><br>10時30分~(おやつ付)<br>ほめ合う! たたえよう!<br>トークtime♡♡<br>スムージーの日<br>当日11:30まで受付<br>12時提供 50円~<br>UNO・<br>ブロックス等<br>スイッチtime<br>1時間&自分時間             | <b>うどんの日 2</b><br>★うどんチャンプル<br>10:30~ 予約優先<br>300円(限定10食)<br>UNO・<br>ブロックス等<br>遅カラオケ<br>15:00~16:00                  | <b>セルフ美容の日 3</b><br>洗顔して美顔器で<br>スチーム。パックして<br>スキンケアしよう!<br>午後カラオケ<br>13:15~14:45<br>スイッチtime<br>1時間&自分時間                                          | <b>朝カラオケ 4</b><br>10:00~11:00<br>セタ風大福&みつ豆<br>13時15分~(限定8)<br>150円(あんこはこしあん)<br>自分時間・ゲーム等                                                                               | <b>来所特典日 5</b><br>セタ風醤油ラーメン<br>10時30分~(限定15)<br>順番に各自作ります! 300円<br>(作り置き不可)<br>カラオケtime<br>13:15~15:30<br>自分時間・ゲーム等                                                                                  |
| 6  | 7<br>定休日<br>セタ       | <b>大人の<br/>           めり絵time<br/>           ゆったりと~</b><br>スムージーの日<br>当日11:30まで受付<br>12時提供 50円~<br>遅カラオケ<br>15:00~16:00                                    | <b>朝カラオケ 9</b><br>10:00~11:00<br>自分クレープ作り<br>13:15~14:30<br>150円ドリンク付(限12)<br>UNO・<br>ブロックス等<br>スイッチtime<br>1時間&自分時間 | <b>納豆の日 10</b><br>★ねばねば免疫アップ<br>ランチ作りネバギブアップ<br>10:30~予約優先<br>300円(限10)<br>午後カラオケ<br>13:15~14:45<br>自分時間・ゲーム等                                     | <b>セルフ美容の日 11</b><br>洗顔して美顔器で<br>スチーム。パックして<br>スキンケアしよう!<br>ドリンク喫茶<br>(なくなり次第終了)<br>13時15分~16時<br>自分時間・ゲーム等                                                             | <b>12</b><br>10時30分~<br>ピアサポ ひかり<br>ミーティング<br><b>カレーの日</b> (サラダ付き)<br>250円(大盛350円)<br>予約締切7月11日(金)<br>PM女性ピアサポーター<br>個別相談Day(予約優先)<br><b>ハンドメイドdeうふふ</b><br>13:15~(参加費無料)<br>好きなキャラクターで転写<br>コースター作り |
| 13 | 14<br>定休日            | <b>大人の<br/>           めり絵time<br/>           ゆったりと~</b><br>スムージーの日<br>当日11:30まで受付<br>12時提供 50円~<br>UNO・<br>ブロックス等<br>スイッチtime<br>1時間&自分時間                  | <b>16</b><br>10~11時<br>アイロンビーズ<br>で飾り作り★<br>パスタ風パンケーキ作り<br>13:15~14:30<br>150円(紅茶付)<br>遅カラオケ<br>15:00~16:00          | <b>17</b><br>研修のため<br>臨時休業                                                                                                                        | <b>朝カラオケ 18</b><br>10:00~11:00<br>かき氷Day<br>13時15分~16時頃<br>(氷が無くなり次第終了)<br>UNO・<br>ブロックス等                                                                               | <b>19</b><br>自分クレープ作り<br>10:30~11:30<br>150円ドリンク付(限12)<br>カラオケtime<br>13:15~15:30<br>スイッチtime<br>1時間&自分時間                                                                                            |
| 20 | 21<br>海の日            | <b>22</b><br>振替休日                                                                                                                                          | <b>朝カラオケ 23</b><br>10:00~11:00<br>かき氷Day<br>13時15分~16時頃<br>(氷が無くなり次第終了)<br>UNO・<br>ブロックス等<br>自分時間・ゲーム等               | <b>24</b><br>創作・手芸Day<br>自分時間でひらめきを<br>形にできたら最高!<br>オブラートアート<br>パンケーキ作り<br>13時15分~(限定10)<br>150円(紅茶付)<br>遅カラオケ<br>15:00~16:00                     | <b>25</b><br>★自分お好み焼き<br>10:30~予約優先<br>300円(限10)<br>午後カラオケ<br>13:15~14:45<br>スイッチtime<br>1時間&自分時間                                                                       | <b>26</b><br>カラオケtime<br>9:30~11:30<br>かんらんcafe<br>13:15~16:00<br>自由参加 50円~<br>ゆっくりカフェタイム★<br>音楽でも聴いてリラックス                                                                                           |
| 27 | 28<br>ピアサポ学習会<br>定休日 | <b>大人の<br/>           めり絵time<br/>           ゆったりと~</b><br>自分クレープ作り<br>(梨バージョン)<br>13:15~14:30<br>150円ドリンク付(限12)<br>カードゲーム<br>します?<br>スイッチtime<br>1時間&自分時間 | <b>30</b><br>★レンジでタコライス<br>10:30~予約優先<br>300円(限定10食)<br>午後カラオケ<br>13:15~14:45<br>UNO・<br>ブロックス等                      | <b>31</b><br>今月お疲れさま<br>39Day★<br>セルフ美容の日<br>洗顔して美顔器で<br>スチーム。パックして<br>スキンケアしよう!<br>かき氷Day<br>13時15分~16時頃<br>(氷が無くなり次第終了)<br>スイッチtime<br>1時間&自分時間 | ~ハンドメイドdeうふふ~<br>R7年7月12日(土)<br>13:15~14:30分頃まで<br>★今月お疲れさま39Day★<br>ハズレくじがない!<br>ポイントをゲットしてお得にプ<br>ログラム参加しよう♪<br>~ピア個別相談お休み~<br>ピアサポーターによる個別相談は<br>今月お休みです★宜しくお願い致します。 |                                                                                                                                                                                                      |