



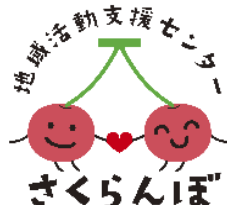
地域活動支援センター さくらんぼ

8月予定表 (氏名)

	2026年 8月		出席可能日に○を付けて提出願います				
	月	火	水	木	金	土	日
	27	28	29	30	31	1	2
						休館日	休館日
	3	4	5	6	7	8	9
活動予定	囲碁と編物	上映会 (字幕付き映画)	健康 マージャン	手芸 (刺し子) 編物	茶話会 (10:30~12:00) しゅわんぼ (13:20~14:30)	納涼会 ※申込制	休館日
	10	11	12	13	14	15	16
活動予定	囲碁と編物	休館日	休館日	飾り巻き寿司を 作ろう ※申込制	茶話会 (10:30~12:00) しゅわんぼ (13:20~14:30)	休館日	休館日
	17	18	19	20	21	22	23
活動予定	囲碁と編物	上映会 (字幕付き映画)	健康 マージャン	手芸 (刺し子) 編物	茶話会 (10:30~12:00) しゅわんぼ (13:20~14:30)	ヒロ先生の ヨガ教室 健康相談 (要予約)	休館日
	24	25	26	27	28	29	30
活動予定	囲碁と編物	上映会 (字幕付き映画)	休館日	手芸 (刺し子) 編物	茶話会 (10:30~12:00) しゅわんぼ (13:20~14:30)	休館日	休館日
	31	1	2	3	4	5	6
活動予定	囲碁と編物						

調理:①食事のメニュー決め②材料確認③材料買い物④調理準備⑤調理⑥配膳⑦後片付け
活動:ヨガ、国立競技場や新宿御苑などへの散歩、筋トレ、室内運動、囲碁、ぬり絵、編み物、ゲームなど
健康相談:土曜日(事前予約)
各種相談:活動時間前後の開所時間中、困りごとなどの相談をお受けします(事前予約)
手話の時間:(月火木金 9:45~10:15、水土 13:30~14:00)

※活動内容等は変更になる場合もあります



【さくらんぼ連絡先】電話:03-5315-0486 FAX:03-5315-0487
Mail: cherries-cs@tokyo-shuwacenter.or.jp

【開所日】

月、火、木、金 → 8:30~17:30 活動時間10:00~15:00
水(第1、3) → 11:00~20:00 活動時間14:00~19:00
土(第2、4) → 11:00~20:00 活動時間14:00~19:00

* 参加希望者は事前にご連絡ください