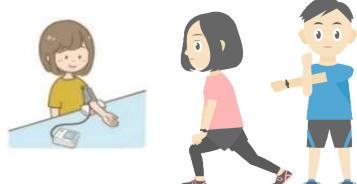


日 30	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6	
休み	クラフト (クリスマス飾り)	健康プログラム	フリースペース	クラフト (クリスマス飾り)	健康プログラム	昼食会 けんちん汁& おにぎり (11時30分~)	
	フリースペース	茶話会	ボードゲーム& 卓球会 (14時~16時)		フリースペース		
7	8	9	10	11	12	13	
休み	フリースペース	健康プログラム	フリースペース	外食 (11時出発)	茶話会	健康プログラム	
	ボードゲーム& 卓球会 (14時~16時)	フリースペース	乗西寺カフェ ミニコンサート		カラオケ会 (13時20分出発)	フリースペース	
14	15	16	17	18	19	20	
休み	健康プログラム	健康プログラム	フリースペース	クラフト (干支飾り)	昼食会 丂もの (11時30分~)	健康プログラム	
	フリースペース	茶話会	ボードゲーム& 卓球会 (14時~16時)			フリースペース	
21	22	23	24	25	26	27	
休み	健康プログラム	ボードゲーム& 卓球会 9時30分~11時30分	健康プログラム	フリースペース	大掃除	昼食会 年越しそば (11時30分~)	
	フリースペース	フリースペース	小さな クリスマス会 (16時~16時45分)	かたつむり 赤い羽根音楽会	クラフト (正月準備)	避難訓練	
28	29	30	31	1	2	3	
休み		年末年始休み(12月28日~1月4日)					

『健康プログラム』始まります！

こころとからだの健康を目指して！
 バイタル測定、散歩、ストレッチ、軽運動、卓球、
 バドミントンなど、楽しみながら無理なくからだを
 動かしましょう。
 内容は、当日の来所者、
 天候等に配慮して決定します。



～お知らせ～

12月1日より新しい職員(男性)が入職します。
 皆様と一緒に、毎日笑顔で元気に過ごせるよう活動していきます。
 どうぞよろしくお願いします。

たかみ職員より

※※プログラムの詳細は裏面に記載されておりますので、そちらをご覧下さい※※

※活動内容は予告なしに変更する事があります。

地域活動支援センター たかみ

〒464-0073 千種区高見1-20-2 MNビル2階 TEL. 052-753-3621

開所時間：月～土 9時～17時（日・祝日・年末年始休み）

12/1(月)・4(木)・18(木)・26(金) クラフト

(クリスマス飾り・干支飾り・正月準備)

クリスマスやお正月に向けて、季節の飾りを作って飾ります。

一緒に楽しく作り、雰囲気を楽しみましょう。



12/6(土) 昼食会 (けんちん汁&おにぎり)

炊き立てご飯を握った美味しいおにぎりと熱々のけんちん汁を食べましょう。

時間 11:30～13:30

参加費 300円

参加締め切りは

12/5(金)16:00です。

当日参加は応相談。



12/2(火)・12(金)・16(火) 茶話会

お茶やお菓子を楽しみながら語り合いましょう。
季節のお菓子や手作りスイーツなど予定しています
当日参加OKです。

お気軽にご参加下さい。

時間 12/2(火)14:00～

12/12(金)10:00～

12/16(火)14:00～

参加費 50円～100円予定



12/11(木) 外食

一緒に近隣のお店へ出かけみんなでランチを楽しみましょう。
お店のリクエストは職員まで!



時間 たかみ出発 11:00

参加費 各自実費負担

締め切りは12/10(水)16:00です。

参加希望者 2名から実施します。



12/12(金) カラオケ会

場所 JOYJOY今池店

時間 14:00～16:00

※13:20 たかみ出発(13:50 現地集合)

費用 10月は4人参加で一人780円でした。

締め切りは、

12/13(木)16:00です。

参加希望者 2名から実施します。



12/19(金) 昼食会(丼もの)

丼ものを食べてスタミナをつけましょう！

豚丼か牛丼の予定です。

(材料費によって決まります。)



時間 11:30～13:30

参加費 300円

締め切りは12/18(金)16:00です。

当日参加は応相談。

12/24(水) 小さなクリスマス会

イブの夜に皆さんと楽しくおしゃべりしながら過ごしましょう。軽食、プチケーキなどご用意します。

完全予約制



時間 16:00開始 16:45閉会

参加費無料

締め切りは12/20(土)です。

12/27(土) 昼食会 (年越しそば)

熱々のおそばを食べて、新年を迎えましょう。

時間 11:30～13:30

参加費 300円

参加締め切りは12/26(金)16:00

当日参加は応相談。

