

紙ひこうき10月の予定表 (R7年)

お問い合わせ 044-922-3686 (紙ひこうき)

日	曜日	午前	午後	備考
1	水		13:30 プログラムミーティング	
2	木		14:30 ザ☆チキンハーツ練習	
3	金	11:00 合唱 11:15 健康5分体操	13:30 ことばCLUB	
4	土		13:00 あゆまつりに参加	12:00閉所
5	日	閉所日	閉所日	
6	月	閉所日	閉所日	
7	火	11:00 合唱 11:15 健康5分体操		
8	水		13:30 中掃除	
9	木	11:00 合唱 11:15 健康5分体操	13:00 ザ☆チキンハーツ練習	
10	金		13:30 ミーティング	交通費支給開始
11	土		13:30 音楽紹介の会	
12	日	閉所日	閉所日	
13	月	閉所日	閉所日	スポーツの日
14	火	閉所日	閉所日	振替休日
15	水	11:00 合唱 11:15 健康5分体操	13:30 ザ☆チキンハーツMTG&練習	

日	曜日	午前	午後	備考
16	木	11:00 ストレッチ体操	13:30 麻雀	
17	金	16:15 紙ひこうき20周年記念イベント		14:00閉所
18	土	11:00 合唱 11:15 健康5分体操	13:30 映像制作の会	
19	日	閉所日	閉所日	
20	月	閉所日	閉所日	
21	火		13:30 音楽紹介の会	
22	水	11:00 合唱 11:15 健康5分体操	13:00 ウォーキング (ばら苑) & スイーツCLUB	
23	木		14:30 ザ☆チキンハーツ練習	
24	金	11:00 ヨガ	13:30 イス座布団修理	11月の予定表配布
25	土	11:00 合唱 11:15 健康5分体操	13:30 だべりば	
26	日	閉所日	閉所日	
27	月	閉所日	閉所日	
28	火	11:00 合唱 11:15 健康5分体操	13:30 ことばCLUB	
29	水	昼食サービス	13:30 ミーティング	
30	木	11:00 合唱 11:15 健康5分体操	13:30 目安箱	
31	金	11:00 合唱 11:15 健康5分体操	13:30 園芸	

おしらせ①：交通費は10/10(金)より支払います。交通費を受け取る方は、お早めに受け取りをお願いいたします。

おしらせ②：10/4(土)は多摩川あゆ工房にて「あゆまつり」にザ☆チキンハーツが出演、一緒に応援に行けるメンバー募集中♪

おしらせ③：10/17(金)は多摩区役所内レストランたまにて紙ひこうき開所20周年記念イベントを実施するため14時閉所です。

おしらせ④：10/29(水)は皆で役割分担して調理をする「昼食サービス」を実施します！ご参加お待ちしております。

前日にボランティアで買い物に行きます。

【外出レクの申し込みについてお願い】

①参加希望する場合は原則として本人がご自身で申込書にお名前を書いてください。

②事情により電話で申込された方は、当日までに紙ひこうきに来所して近況や体調などお聞かせください。

外出レクはスタッフが引率する為、参加する皆さんの体調確認が重要です。ご協力をお願いいたします。

注：プログラムは都合により変更になる場合もありますのでご了承ください。