


# さくらスタジオ 5月の予定表

(TEL/FAX:044-455-6722 栗山・鹿野)

月曜日 12:00~16:00	火曜日 12:00~16:00	水曜日 11:00~15:00	木曜日 12:00~16:00	金曜日 12:00~16:00	土曜日	日曜日
29 休み (昭和の日)	30 休み (退位の日)	01 休み (即位の日)	02 休み	03 休み (憲法記念日)	04 休み (みどりの日)	05 休み (子どもの日)
06 休み	07 13:30 音楽鑑賞の日	08 ※11時~15時開所 昼食の日 ☆ラタトウイユ	09 13:30 ダイエット研究部 ☆血流改善!? 首コリ解消ストレッチ	10 交通費支払日 13:30 劇団マスコット作り	11 休み	12 休み
13 13:30 さくらカフェ まったりVer.	14 13:30 読書・漫画の日	15 ※11時~15時開所 昼食の日 【食事で世界旅行】 ☆これから 決めます 14:00~ MTG	16 13:30 手芸 柿姫・百合姫 カチューム作り	17 13:30 劇団スーパー ストリング	18 休み	19 休み
20 13:30 ウォーキング	21 13:30 YOUTUBE合唱	22 ※11時~15時開所 昼食の日 ☆白身魚の ホイル焼き	23 13:30 映画観賞会	24 13:30 手芸 竹藪を書こう	25 休み	26 休み
27 13:30 メンバーさん お披露目 「ハーバリウムの 作り方」	28 13:30 さくらカフェ おやつ作りVer.	29 ※11時~15時開所 昼食の日 ☆ゴーヤチャンプル	30 ※13時~ フリースペース開所 外出レク カラオケに 行こう!!	31 13:30 劇団スーパー ストリング	01 	02 

# ※お知らせ※ プログラム内容は変更することがあります。ご了承ください。

- ・4/27(土)~5/6(月)はゴールデンウィークのためお休みです。ご不便をおかけしますが、よろしくお願いいたします。
- ・1月から、お試して水曜日の開所は11:00~15:00とさせていただきます。詳細は職員まで。よろしくお願いいたします。
- ・交通費を受け取る際は、印鑑をご持参のうえ職員までお声かけください。
- ・毎日開所から30分間は楽器演奏のできる貸スタジオとして場を提供しています。ご活用ください。(予約制)
- ・昼食の日は簡単でおいしいごはんを皆で作ります。参加費350円  
☆昼食め切→当日11:15 ☆来所予約or当日電話予約のみ可。  
密かに「食事で世界旅行をしよう!」という企画が始まりました。世界の食べたい料理があったらぜひ教えてくださいね

## ① 5/7(火) 音楽鑑賞会

YOUTUBEで参加者の好きな曲を1曲ずつ聞きあうプログラムです。自分の知らない素敵な曲に巡り合えるかも!?

## ② 5/9(木) ダイエット研究部

肩や首が凝り血流が悪くなると頭痛など不調をきたすことがあるようなので、今回は首と肩をほぐしながら代謝のアップを目指すストレッチを行います。運動習慣をつけるチャンス!

## ③ 5/10(金) 劇団スーパースtring マスコット作り

今後劇団の広報などで使うマスコットキャラ、もしくはマークを作ります。自由に書いていただき、後で選考させていただきます。あなたの書いた作品がずっと使われるかも!? 奮ってご参加ください。

## ④ さくらカフェ

5/13(月)まったりver...参加費100円。市販のお菓子を買ってきて、手作りの飲み物を飲みながらまったりくつろぎます

5/28(火)おやつ作りver...参加費150円。飲み物だけでなく、お菓子も手作りをします。

※作るお菓子のアンケートはホワイトボードをご覧ください。

## ⑤ 5/14(火) 読書・漫画の日

お好きな本や漫画を持ってきて読みましょう。最後にお気に入りの本を紹介しあいましょう。

## ⑥ 手芸 ※劇団の発表に向けた小道具作りです。参加費無料!割と簡単!ご協力お願いいたします。

・5/16(木) 百合姫・柿姫カチューム作り...リボンやフェルトで髪飾りを作ります。

・5/24(金) 竹藪を書こう...下書き済みの竹やぶに絵の具で色を付けます。汚れてもいい恰好できてください。

## ⑦ 5/23(木) 映画観賞会

何を見るか、アンケートを取って決めます!詳細はホワイトボードをご覧ください。

## ⑧ 5/27(月) メンバーさんのお披露目 「ハーバリウムの作り方」

ドライフラワーをオイルに入れるオシャレな物の作り方を教えてください!簡単!汚れてもいい服装で来てください。

## ⑨ 5/30(木) カラオケレク 参加費330円 ※出張費は翌月の交通費支払日にお渡しします。13:00~閉所

鶴川のカラオケBanBanで2時間、カラオケを楽しみましょう!ドリンクバー付! 12:45さくらスタジオ集合、13:00出発