



2025

すみだ地域活支援センター友の家

9月の予定



日	月	火	水	木	金	土
憩い 来所 電話	11:00~18:00		憩い 来所 電話	13:00~19:00	11:00~18:00	10:00~18:00
	13:00~17:00			13:00~17:00		
	1 ミーティング 14時~	2 OTプログラム	3 閉所	4 13時~19時まで 開いています 夕食会は 休止中です。	5 金曜プログラム 14時~ 呼吸エクササイズ	6 昼食会(予約制) ミーティング 13時~
7 閉所	8 ミーティング 14時~	9 OTプログラム	10 閉所	11 13時~19時まで 開いています 大掃除 14時~ おしゃべりワーク 17:30~18:30	12 金曜プログラム 13:15出発 博物館・美術館巡り 「国立科学博物館」	13 昼食会(予約制) ミーティング 13時~
14 閉所	15 閉所 	16 ミーティング 14時~	17 閉所	18 13時~19時まで 開いています 夕食会は 休止中です。	19 金曜プログラム 14時~ ひがしんアリーナ で運動	20 昼食会(予約制) ミーティング 13時~
21 閉所	22 OTプログラム	23 閉所 	24 閉所	25 13時~19時まで 開いています 大掃除 14時~	26  新しいお茶会 14時~ 外にお茶をしに 行きます	27 昼食会(予約制) ミーティング 13時~ おしゃべりワーク
28 閉所	29 OTプログラム	30 ミーティング 14時~				

☆プログラムによって実費負担が異なります。(詳しくはお問い合わせください)

☆毎日16時から座ってできる簡単な体操をしています。(スタンプを貯めてジュースをもらおう!)

☆昼食会の予約は前日の17時までです。メニューはX(旧Twitter)でお知らせします。

☆その他変更などあった際にはX(旧Twitter)でお知らせします。

☆マスクの着用は任意となっています。座席の制限もありません。検温は引き続き行います。

