



令和7年 11月プログラム

地域活動支援センター ステップ
月～金 9:00～16:00
TEL (089)925-3277

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 	4 	5 14:00 ステップミーティング ★1 	6 11:00 喫茶メンバーミーティング 	7 14:00 ふまねっと健康教室 	8
9	10 	11 13:30 親の会 	12 	13 13:00 秋の収穫祭 パート2 ★2 	14 14:00 しゃべり場 	15
16	17 	18 11:00～11:40 マインドフルネスな生活 	19 	20 13:30 バレーサークル 	21 14:00 クリーン活動 	22
23/30 	24 振替休日	25 	26 14:00 ピアサポート相談 ～あなたのお悩みお聞かせください～ 	27 11:00頃 外食へ行こう 14:00 ふまねっと健康教室 	28 	29

●プログラムは急遽変更もしくは中止になる場合があります。あらかじめご了承ください。

- ★ 1 11/5(水)『ステップミーティング』ふれあいまつりの振り返りや、プログラムについて話し合いましょう。ステップでやってみたいことはありますか？
- ★ 2 11/13(木)『秋の収穫祭 パート2』夏に植えたさつまいもを収穫しましょう。どのようにして食べるかは、11/5のステップミーティングで決めましょう。
- ★ 3 11/27(木)『外食へ行こう』外食をして楽しみましょう。どこへ行くか？ 11/5のミーティングで話し合い、計画を立ててみましょう。

