

筑紫地区地域活動支援センター つくしぴあ

7月の予定表

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
		1	2	3	4	5	6
午前 10:00~12:00		一品調理の日① 買いもの 	一品調理の日 コロッケ	フリータイム	おしゃべり会① 短冊でトーク		休み
午後 13:30~15:00		フリータイム	調理ミーティング 8月メニュー決め	14:00~生産活動・岩塩袋詰め 15:15~16:15☆職員会議	おしゃべり会① 短冊でトーク		
	7	8	9	10	11	12	13
午前 10:00~12:00		園芸 畑の手入れ/『野菜の時間』視聴	一品調理の日② 買いもの	一品調理の日 夏野菜炒め 	スポレク セルフマッサージ		休み
午後 13:30~15:00		持ち寄り音楽鑑賞会 〜七夕編〜	外出活動事前ミーティング	活動プチミーティング 8月の外出活動について	スポレク ポッチャ		
	14	15	16	17	18	19	20
午前 10:00~12:00	園芸 花壇の手入れ	園芸 畑の手入れ/『野菜の時間』視聴	創作活動 押し花アート	フリータイム	体験クッキング 白玉ぜんざい	美化活動 10:30~	休み
午後 13:30~15:00	活動プチミーティング 季節行事について	フリータイム	創作活動 押し花アート	14:00~生産活動・岩塩袋詰め 15:15~16:15☆職員会議	体験クッキング 白玉ぜんざい	利用者ミーティング	
	21	22	23	24	25	26	27
午前 10:00~12:00		外出活動 博多駅周辺 	創作活動 カレンダー作り	フリータイム	フリータイム	おしゃべり会② 男性の集い/女性の集い	休み
午後 13:30~15:00				創作活動 カレンダー作り	14:00~生産活動・岩塩袋詰め	楽学講座 夏バテ防止・暑さ対策について	
	28	29	30	31			※天候等により活動内容が変更になることがあります。 ご了承下
午前 10:00~12:00	天拝山登山 10:30~	カレーの日 夏野菜カレー	フリータイム	フリータイム	令和7年度の『利用登録』の更新 を受付中です ◎つくしぴあのホームページ でも予定表が見れます。 		
午後 13:30~15:00	カレーの日 買いもの		掃除の日 	14:00~生産活動・岩塩袋詰め 15:15~16:15☆職員会議			

【体験クッキング】(18日)
・白玉ぜんざい
※要予約 体験された方は実食できます。

【カレーの日】(29日)
・夏野菜カレー
※28日、午前9時25分までに
下さい。

【楽学講座】(25日)
・夏バテ防止と暑さ対策
今年も暑い夏がやってきます。
熱中症などにならないようにしっかり
準備をしましょう。

【天拝山登山】(28日)
TRIAL 筑紫野店にて食事購入し、
天拝山山頂にて食事。下山後は「むさ
しの森珈琲向佐野店」にて珈琲を飲む
予定にしています。
参加は先着6名様まで

【七夕の日】(7日)
・七夕飾り
・持ち寄り音楽鑑賞会 ~七夕編~
「大切な人を思う気持ち」が
表れたあなたのイチ押しの
曲を聞かせてください。

【外出活動】(22日)
・博多駅周辺
阪急やアミュプラザなど
駅周辺をぶらぶら
しましょう。
★事前ミーティング 7/8(火)
★参加締め切り 7/17(木)

【創作活動】(16・23日)
16日：押し花アート
つくしぴあでできた押し花を使って、
自然の魅力を活かしたオリジナルの
作品を作ってみませんか(?)/
23日：カレンダー作り

【園芸活動】(8・14・15日)
8日：畑の手入れ/テレビ視聴
14日：花だんの手入れ
★ボランティア山川さん来所
15日：畑の手入れ/テレビ視聴
※天候等により日時変更の可能性あり。

【おしゃべり会】(4・26日)
4日：短冊でトーク
短冊を書きながら、叶えたい夢や希望
についてお話ししましょう。
26日：男性の集い/女性の集い
同性でいろいろ語り合いましょう♪
★冷たい飲み物あり◎

【スポレク】(11日)
AM：自分のできる簡単なマッ
サーージです。夏バテ予防にいかが
ですか。
PM：ボッチャ

お弁当のご注文は当日の
9時25分までです。
以降のキャンセルは、キャンセル料
(200円)が発生します。