



10・11月のプログラム

	日程	時間
和食の会  月3回金曜日	10/7 (金) 11/4 (金) 10/14 (金) 11/18 (金) 10/21 (金) 11/25 (金)	11:00~13:00
	参加費 200円~300円 (材料費として) ※参加してみたいという方は担当スタッフにご相談ください	
ヨガ教室 月1回木曜日	10/13 (木) 11/17 (木)	13:30~14:30
	参加費 100円 場所 都立障害者スポーツセンター 着替え・飲み物などは各自で用意ください	
お楽しみ会 月1回 ! 室内イベント開催中は、 フリースペースは閉所と なります。 ご注意ください!	10/12 (水) ハローウィーンお茶会 ~浅野さんと篠原さんをかこんで~ 参加費 200円	15:30~ *お申込みは前日まで
	11/19 (土) 未定 *決まりしだい、フリースペースにておしらせします	
ウォーキング  月2回金曜日	10/7 (金) 11/18 (金) 10/28 (金) 11/25 (金)	14:00~15:00
	矢川コースと府中コースがあります。 ※参加してみたいという方は担当スタッフにご相談ください	
デイサービス 月2回水曜日	10/5 (水) 11/2 (水) 10/19 (水) 11/16 (水)	AM10:00~PM12:00
	*デイサービス参加者の方にはお知らせをお送りします ※参加してみたいという方は担当スタッフにご相談ください	

なびい通信はメンバーと職員で編集・作成しております。

今年もやります♪市民祭♪ 11/6 (日) 棕櫚亭 I と合同でポップコーン屋をひらきます。

よかったら遊びに来てくださいね!

- 棕櫚亭全体会議のため11/4 (金) 午後が閉所となります。ご迷惑かけますがお願いします。
- 市民祭の代休として11/11 (金) が閉所となります。ご迷惑かけますがお願いします。