






栄通プラザ 令和6年5月 予定表

	日	月	火	水	木	金	土
活動時間				1日	2日	3日	4日
AM10時				自分食堂		憲法記念日 (祝日)	みどりの日 (祝日)
PM4時				フリー活動	フリー活動		
活動時間	5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日
AM10時	子供の日 (祝日)	振替休日	自分食堂	屋食提供			代表イベント
PM4時			フリー活動	サイクリングロード散歩	フリー活動	フリー活動	
活動時間	12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日
AM10時	休み		自分食堂	外出ランチ & ライラックまつり見学			男性陣 「体力作り」レク
PM4時		フリー活動	フリー活動	フリー活動	フリー活動		
活動時間	19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
AM10時	休み		自分食堂	屋食提供			女性陣 「ドライブ」レク
PM4時		14時から特別 茶会開催	フリー活動	本郷通商店街散策	フリー活動	フリー活動	
活動時間	26日	27日	28日	29日	30日	31日	
AM10時	休み		自分食堂	屋食提供			
PM4時		フリー活動	フリー活動	スイーツ作り	フリー活動	フリー活動	



<土曜イベント予定>

11日(土)		代表イベント「お花見・焼き鳥大会」開催！ 栄通プラザ10時30分集合 参加費500円 飲み物は各自で用意願います。	
18日(土)		男性陣レク「川下公園で体力作り」！ 栄通プラザ9時集合（雨天時は室内ゲーム）	
25日(土)		女性陣レク「ドライブ」レク「砂川Siro」見学&途中道の駅プラプラ散策 栄通プラザ9時集合（時間厳守）	

<平日レク外出>

8日(水)	12時から屋食提供 参加費300円 	14時～お天気の際はサイクリングロード散策(雨天時は室内ゲーム)
15日(水)	12時→南郷18丁目地下鉄改札前集合 「ライラック祭り」&「ラーメン博覧会」 飲食代金等は各自負担です。	
22日(水)	12時から食事提供 参加費300円 14時から本郷通商店街を散策しましょう	
29日(水)	12時から食事提供 参加費300円 14時～スイーツ作り参加費200円程度	

～毎週火曜日は「自分食堂」(※20時)～

毎週(火曜)		12時～13時「自分食堂」 簡単な屋食を自分で作る。参加費200円(食材により金額の変動あり) 4月から始めた企画、自分で作り後片付けまで自分で行う。参加された方々にはとても良い経験かと感じます。 即席ラーメンに卵・長ネギ等をお好みで入れ自分ラーメンは好評です。 またメニューは皆様の要望等を参考にし、メニューを増やす事を考えております。 皆様の参加をお待ちしております。	
毎週(水曜)		毎週水曜日は食事提供の日「12時～13時」 参加費300円	