



Copain Schedule

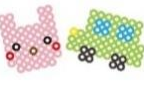
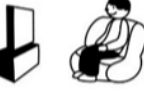
11

2026

注目! 11/11(水) 創作サークル

ミニ色紙作り

ミニ色紙に好きな文字やイラストを描いて、スタンプなどでデコレーションをして作ります。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 文化の日 	4 11:30～パソコン講座 (ご予約の方のみ) 13:00 合同ポッチャ大会 (青戸地区センターで開催) 14:00 ラジオ体操 14:30 利用者ミーティング	5 14:00 ラジオ体操 14:30 ガーデニング 	6 14:00 ストレッチ 新しい花の苗 を植えます!!	7 11:30～パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 ラジオ体操 14:30 健康麻雀 
8	9	10 14:00 ラジオ体操 14:30 モルック	11 11:30～パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 創作サークル ミニ色紙作り ミニ色紙に好きな 文字やイラスト を描きます	12 14:00 ラジオ体操 14:30 ボードゲーム (ハゲタカのえじき)	13 14:00 ストレッチ 14:30 レジン アクセサリ作り 	14 11:30～パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 ラジオ体操 14:30 ゆるっとトーク テーマ : 私の落ち着く お気に入りスポット
15	16	17 14:00 ラジオ体操 14:30 ウォーキング	18 11:30～パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 ラジオ体操 15:00 コパンCafe 	19 14:00 ラジオ体操 14:30 アイロンビーズ 	20 14:00 ストレッチ 14:30 卓球 	21 祝日振替日
22	23 勤労感謝 の日	24 14:00 ラジオ体操 14:30 DVD鑑賞会 	25 11:30～パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 ラジオ体操 14:30 ボードゲーム (人生ゲーム)	26 外出プログラム ホテルビュッフェ を食べに行こう!! (赤い羽根共同募金 助成金プログラム) (11/17締切り) 閉所	27 14:00 ストレッチ 14:30 ポッチャ 	28 事務整理日 
29	30	参加者募集中! 11/11(水) 創作サークル 				【コパンcafe】 日時:11月18日(水) 15:00～16:00 内容:秋スイーツ(モンブラン、スイートポテト)など 参加費:200円 参加者2名以下のときは中止 申込締切:11月12日(木) ※キャンセルは前日17時まで可能 

・マスクの着用は任意です。咳・くしゃみなどの症状がある方はマスクの着用をお願いします。咳エチケットにご協力ください。

・決められた時間以外の食事は、ご遠慮ください。

・施設内は禁煙です。近隣の路上での禁煙にご協力ください。

・体調のすぐれない場合、来所はご遠慮ください。発熱等により、利用をお断りさせていただくことがあります。

OPEN 火・水・木・金・土 曜日 11:00~17:00

：休館日 (日・月・祝日・祝日振替日・事務整理日)

〒125-0051 東京都葛飾区新宿3-9-11

地域活動支援センター コパン

Tel **03-6410-6149**