



# Copain Schedule

# 11

## 2023

**注目!** 外出プログラム  
**12月開催決定!!**  
 詳細は、コパンの掲示  
 またはホームページを  
 ご覧ください

日	月	火	水	木	金	土
			1 11:30~ パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 ラジオ体操	2 13:30 利用者ミーティング 14:00 ラジオ体操 14:30 アイロンピース	3 文化の日	4 13:15~ パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 ラジオ体操 14:30 卓球
5	6	7 14:00 ラジオ体操 14:30 ガーデニング (新しい花の苗を 植えます)	8 11:30~ パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 ラジオ体操	9 14:00 ラジオ体操	10 14:00 創作サークル 創作うちわを制作し て、障害者作品展に 出展します	11 13:15~ パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 ラジオ体操
12	13	14 14:00 ラジオ体操	15 11:30~ パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 ラジオ体操	16 14:00 ラジオ体操 14:30 ウォーキング	17 14:00 ストレッチ	18 14:00 ラジオ体操 14:30 UNO大会
19	20	21 14:00 ラジオ体操	22 11:30~ パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 ラジオ体操 14:30 レジン制作	23 勤労感謝の日	24 14:00 ストレッチ 14:30 アイロンピース	25 事務整理日
26	27	28 14:00 ラジオ体操 14:30 DVD鑑賞会	29 11:30~ パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 ラジオ体操 14:30 卓球	30 14:00 ラジオ体操	参加者募集中! 11/10(金) 創作サークル 11/7(火) ガーデニング 新しい花の苗 を植えます	

11/16(木)~22(水)  
 ウェルビアかつしかにて障害者作品展 開催!!  
 コパンの作品も出展します

- ・来所の際は、マスクの着用をお願いします。
- ・食事と喫煙は、ご遠慮ください。
- ・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**  
 ※ 電話相談 **11:00~17:00**

地域活動支援センターコパン  
 〒125-0051 東京都葛飾区新宿 3-9-11

■ : 休館日 (日・月・祝日・祝日振替日・事務整理日)

Tel **03-6410-6149**