

コパンcafe

日時:12月24日(水) 15:00~16:00
 内容:チキンナゲット、ポテトサラダなど
 参加費:200円
 参加者2名以下のときは中止
 申込締切:12月17日(水)
 ※キャンセルは前日17時まで可能



Copain Schedule 12 2025

参加者募集中!

12/3 (水)
肩こり・腰痛
予防体操

12/20 (土)
自力整体

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 14:00 ラジオ体操 14:30 利用者ミーティング 15:00 ウォーキング	3 11:30~ パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 肩こり・腰痛 予防体操	4 14:00 ラジオ体操 14:30 ボードゲーム (カタカナージ)	5 14:00 ストレッチ 14:30 DVD鑑賞会	6 11:30~ パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 ラジオ体操 14:30 ボッチャ
7	8	9 14:00 ラジオ体操 14:30 アイロンビーズ	10 11:30~ パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 ラジオ体操 14:30 ガーデニング	11 14:00 ラジオ体操 14:30 モルック	12 14:00 ストレッチ 14:30 ボードゲーム (ストライク)	13 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
14	15	16 14:00 ラジオ体操 14:30 DVD鑑賞会	17 11:30~ パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 ラジオ体操 14:30 ボッチャ	18 14:00 ラジオ体操 ★実習生企画 14:30 ボードゲーム (ito)	19 14:00 ストレッチ 14:30 ジェンガ	20 11:30~ パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:30 自力整体
21	22	23 14:00 ラジオ体操 14:30 モルック	24 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café	25 14:00 ラジオ体操 14:30 ボードゲーム (ハゲタカのえじき)	26 13:30 大掃除 来所者皆さんで 大掃除します 15:00 閉所	27 事務整理日
28	29	30	31	<p>12/26 (金) 大掃除</p> <p>おいせ</p> <ul style="list-style-type: none"> 12/27 (土) ~ 1/5 (月) はお休みになります 新年は 1/6 (火) から開所します 		

注目!

12/13 (土) のクリスマス会は最低参加者人数の10名に届かなかったため中止となりました。赤い羽根共同募金のプログラムは来年1月以降に実施する予定です。

- ・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をお願いします。
- ・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

※ 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