

コパンcafe

日時: 1月 21日(水) 15:00~16:00

内容: 揚げチーズいも餅、デザート等

参加費: 200円

参加者2名以下のときは中止

申込締切: 1月 15日(木)

※キャンセルは前日 17時まで可能



Copain Schedule

1  
2026

注目!

外出プログラム

1月 29日(木) 開催!!

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
参加者募集中!			1 1/13 (火) ウォーキング 新宿日枝神社まで 初詣に行きます	2 1/27 (火) 避難訓練	3	
4	5	6 14:00 ラジオ体操 14:30 利用者ミーティング 	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 ガーデニング	8 14:00 ラジオ体操 14:30 モルック	9 14:00 創作サークル みんなで 書き初めをします 	10 祝日振替日
11 成人の日	12	13 14:00 ラジオ体操 14:30 ウォーキング 新宿日枝神社まで 初詣に行きます 	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 ポッチャ	15 14:00 ラジオ体操 14:30 ボードゲーム (カタカナーシ)	16 14:00 ストレッチ 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 レジン制作
18	19	20 14:00 ラジオ体操 14:30 ポッチャ	21 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 	22 14:00 ラジオ体操 14:30 アイロンビーズ	23 14:00 ストレッチ 14:30 ボードゲーム (ストライク)	24 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
25	26	27 13:30 避難訓練 14:00 ラジオ体操 14:30 DVD鑑賞会 	28 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 (ハゲタカのえじき)	29 すみだ水族館 & ランチピュッフェ (赤い羽根共同募金 助成金プログラム) (1/22 締切り) 	30 13:30 ストレッチ (いつちと時間 が違います) 職員研修のため 14:00 閉所	31 事務整理日

・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。咳工チケットにご協力お願いします。

・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

■: 休館日 (日・月・祝日・祝日振替日・事務整理日)

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

Tel 03-6410-6149