

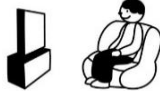
NEW 【ゆるっとトーク】
 日時:8月15日(土) 14:30~15:30
 テーマに沿って、自分のことを語ったり、他の
 方のお話を聞いたりするプログラムです。お話
 の場の決まりごとのある、安心して話せるプロ
 グラムになります。

Copain Schedule

8

2026

注目! パソコン講座
秋期生募集中!!
 詳細は、コパンの掲示及び
 ホームページをご覧ください。
 申込締切**8/22(土)**まで

日	月	火	水	木	金	土
【コパンcafe】 日時:8月19日(水) 15:00~16:00 内容:アイスクリームなど 参加費:200円 参加者2名以下のときは中止 申込締切:8月13日(木) ※キャンセルは前日17時まで可能 						1 14:00 ラジオ体操 
参加者募集中! 8/5(水) 元気になる体操						
2	3	4 14:00 ラジオ体操 14:30 利用者ミーティング	5 14:00 元気になる体操 	6 14:00 ラジオ体操	7 14:00 ストレッチ 14:30 DVD鑑賞会	8 14:00 ラジオ体操 14:30 健康麻雀 
9	10	11 山の日	12 14:00 ラジオ体操 14:30 ボッチャ 	13 14:00 ラジオ体操 14:30 レジン アクセサリー作り 	14 14:00 ストレッチ 14:30 ガーデニング テーマに沿って、自分のことを語ってみませんか。他の方のお話を聞いてみませんか。	15 14:00 ラジオ体操 14:30 ゆるっとトーク テーマ:好きな〇〇 
16	17	18 14:00 ラジオ体操 14:30 モルック	19 14:00 ラジオ体操 15:00 コパンCafé 	20 14:00 ラジオ体操 14:30 卓球	21 14:00 ストレッチ 14:30 ボードゲーム (ハゲタカのえじき)	22 14:00 ラジオ体操 14:30 健康麻雀
23	24	25 14:00 ラジオ体操 14:30 DVD鑑賞会 	26 14:00 ラジオ体操 14:30 ボードゲーム (人生ゲーム)	27 14:00 ラジオ体操 14:30 アイロンビーズ	28 13:30 避難訓練 14:00 ストレッチ 	29 事務整理日
30	31					

・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**