



Copain Schedule

9

2026



日	月	火	水	木	金	土
		1 14:00 ラジオ体操 14:30 利用者ミーティング	2 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 (トランプ)	3 14:00 ラジオ体操 14:30 モルック	4 14:00 ストレッチ	5 11:30～パソコン講座 (ご予約の方のみ) 14:00 ラジオ体操 15:00 納涼会
6	7	8 14:00 ラジオ体操 14:30 DVD鑑賞会	9 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	10 14:00 ラジオ体操 14:30 卓球	11 14:00 ストレッチ 14:30 健康麻雀	12 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: 自分への ご褒美
13	14	15 14:00 ラジオ体操 14:30 モルック	16 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	17 14:00 ラジオ体操	18 14:00 ストレッチ 14:30 レジン アクセサリ作り	19 祝日振替日
20	21 敬老の日	22 休日	23 秋分の日	24 14:00 ラジオ体操 14:30 ボードゲーム (カタカナナシ)	25 14:00 ストレッチ 14:30 DVD鑑賞会	26 事務整理日
27	28	29 14:00 ラジオ体操 14:30 アイロンビーズ	30 14:00 ラジオ体操 14:30 ポッチャ	参加者 募集中! 9/9(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。		

・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。

〒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

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)

Tel **03-6410-6149**