



# 2020年10月行事予定

※行事予定は今後、変更となる可能性もありますので、ご了承ください。

月	火	水	木	金	土	日
			1 公園清掃 9:15~11:15 もっくカフェ 11:00~14:00	2 もっくカフェ 11:00~14:00	3	4
5 公園清掃 9:15~11:15	6 ラジオ体操& ウォーキング 11:00~12:00	7 DVD鑑賞会 13:00~15:30	8 公園清掃 9:15~11:15 もっくカフェ 11:00~14:00	9 もっくカフェ 11:00~14:00	10	11
12 公園清掃 9:15~11:15	13 ラジオ体操& ウォーキング 11:00~12:00	14 絵手紙(自主活動) 13:30~15:30	15 公園清掃 9:15~11:15 工賃受け取り もっくカフェ 11:00~14:00	16 閉所	17	18
19 公園清掃 9:15~11:15	20 ラジオ体操& ウォーキング 11:00~12:00	21 利用者 ミーティング 10:00~10:30 DVD鑑賞会 13:00~15:30	22 公園清掃 9:15~11:15 もっくカフェ 11:00~14:00	23 もっくカフェ 11:00~14:00	24	25
26 公園清掃 9:15~11:15	27 ラジオ体操 10:00~10:30 ちいきのわ 10:45~	28 絵手紙(自主活動) 13:30~15:30	29 公園清掃 9:15~11:15 もっくカフェ 11:00~14:00	30 もっくカフェ 11:00~14:00	31	

## もっくカフェ

ランチセット🍴🍴1日10食限定! 500円  
メニューはおたのしみに🎵

◎更新面談は順次行っています。

◎ちいきのわ → ボランティア活動  
【自衛社の掃除をします】



来所時は、手洗い・消毒・検温・マスク着用、フリー  
スペースでの食事はご遠慮願います。引き続き、コロ  
ナウイルス感染拡大防止にご協力をお願い致します。

地域活動支援センター もっく  
〒124-0011 葛飾区四つ木4-11-8  
TEL 03(5654)6702  
開所時間 9:00~16:00