

# しんおとう 3月予定表

開所時間：(月)～(金)9時30分～16時

※2月27日時点でのプログラム詳細になります。今後変更になる可能性があります。

2026年3月

お休み：土日祝

開所日 黄色：午前、水色：午後

令和8年

月

火

水

木

金

2	3	4	5	6
<p>9:30～書道予約スタート</p>	<p>13:30～ 買い物 茶話会用とイベント用のお菓子を買いに行きます。買い物場所は当日決めます。</p>	<p>10:00～ 動画鑑賞会 観たい動画を出し合って、プロジェクターで観てみましょう♪</p>		<p>13:30～14:30 茶話会① コーヒーの準備から片付けまでみんなで楽しみましょう!お茶&amp;お菓子代は100円</p>
<p>9</p> 	<p>10</p> <p>13:30～14:30 オトバタ会議 やりたいことを利用者みなさんで話し合い、来月の予定を立てます。</p>	<p>11</p> <p>10:00～ 住吉神社掃除 職員と一緒にしんおとうの氏神様である住吉神社のお掃除をします。</p>	<p>12</p> <p>13:30～14:30 大人のぬりえ 大人のやさしい塗り絵(マンダラ・野菜・フルーツなど)を使って、それぞれの個性で色鮮やかに塗ってみましょう♪</p>	<p>13</p>
<p>16</p>  <p>13:30～14:30 プログラムミーティング オトバタ会議で話せなかったプログラムの内容を詳しく決めていきます。</p>	<p>17</p> <p>13:00～ 防災訓練 (30分程度) 出火想定で消火器を使った訓練をします。 13:45～14:30 チェアヨガ 椅子に座ってできるヨガです。今回のテーマ「リラックスチェアヨガ」</p>	<p>18</p>	<p>19</p> 	<p>20 春分の日</p> <p>お休み</p>
<p>23</p> <p>10:00～11:00 茶話会② コーヒーの準備から片付けまでみんなで楽しみましょう♪お茶&amp;お菓子代は100円</p> <p>13:30～15:00 書道</p> <p>ボランティア講師さんによる書道です。今回は「漢字一文字」来年度に向けた思いを、お手本を見ながら書いてみましょう♪習字道具は不要、参加費は100円です。 (書きたい文字がある方は、3月6日までに職員へお知らせください。)</p>	<p>24</p>	<p>25</p> <p>13:30～14:30 音楽地域交流会 ～障害のある方と地域を結ぼう～ 音楽演奏ボランティア「AMI」さんをお招きし、ギターと歌の生演奏を楽しむ音楽鑑賞をします★地域の方も参加できる会です。お知り合いを誘っての参加もOKです♪ 参加費無料！(お茶・お菓子付き)</p>	<p>26</p> 	<p>27</p> <p>13:30～14:30 折り紙</p> <p>今回は春の折り紙を製作します。折りたいものを募集中です！</p>
<p>30</p> 	<p>31</p> <p>10:55～ お花見 in 鶴舞公園 公園でレジャーシートを敷きお花見をする外出企画です♪ 10:55出発(詳細は別ページ参照)</p>	<p>✍️今後の書道について✍️</p> <p>参加者が多く集まる書道で、誰もが心地よく参加できるようにとオトバタ会議で利用者の皆さんと話し合いました。よって次回から予約制の参加といたします。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●人数：9人まで(埋まり次第、申込終了)</li> <li>●予約開始日：開催月最初の開所日9:30スタート</li> <li>●予約方法：掲示された申込名簿に名前を記入(電話申込も可)</li> </ul>		

# ❀ お花見 in 鶴舞公園 ❀

日にち：3月31日（火）

## 当日のスケジュール

10:55 しんおとう出発

11:10 金山発（昭和巡回バスで移動）

11:22 鶴舞公園到着

- レジャーシートで座れる場所をみんなで探しましょう
- 昼食Time（持参またはキッチンカーなどで購入）

### 昼食後の過ごし方

- みんなでゲーム / おしゃべり
- 公園内を散策

14:30頃 現地解散

※希望者は職員と金山まで戻ります。

※解散後は各自自由行動もOKです。



### ◎小雨の場合

しんおとうで昼食をとった後、鶴舞公園を散策します。

11:00頃 しんおとうで昼食

12:05 しんおとう出発

12:20 金山発（昭和巡回バスで移動）

12:32 鶴舞公園到着

公園内を散策（シートは敷きません）

13:30頃 現地解散

※天候の状況に応じて、散策を中止する場合があります。

## 参加申込・締め切り

参加希望の方は、しんおとうに掲載されている申込名簿に名前を記入してください。

締め切りは3月26日(金)午前までです。

※現地集合の方は、職員にお知らせください。

## 当日の持ち物

- 乗車券（今回は市バスを使います）
- 昼食やお菓子、飲み物（お酒は×）

（ご自身が必要とする食べ物・飲み物などをご持参ください）

※キッチンカーなどで購入をご希望の方は、必要な代金をご持参ください。

## 当日の連絡先

☎080-7393-2440

集合場所に遅れる・場所がわからない…など

当日連絡をする場合は、上記の携帯番号にご連絡ください。

※当日以外はしんおとうへご連絡ください。（052-228-3630）

## ！アイデア募集！

昼食後にみんなで参加できるゲームやおしゃべりなど  
アイデアを募集しています！（約30分でできること）  
やりたいことがある方は是非職員にお声掛けください。

