

日付	曜日	10:00~12:00	13:30~15:00
1	水		
2	木	2月の活動ボードづくり	
3	金	節分 豆まき	
4	土	①クッキング手巻き寿司	
5	日		
6	月	②炭火でクッキング	
7	火	③タロット占い	
8	水		
9	木	④俳句をつくろう	15:00閉館となります
10	金	田切の里納品・買い物	ネイル
11	土	建国記念日	
12	日		
13	月	チョコババロアとホットチョコレートの会	
14	火	図書館	
15	水		
16	木	⑤写真を撮りに行こう	
17	金	サンスポート運動教室10:30~11:30	
18	土	⑤写真を撮りに行こう	
19	日		
20	月	⑤写真を撮りに行こう	
21	火	アートお雛様飾り	
22	水		
23	木	天皇誕生日	
24	金	⑥エスボード見学・シャトレゼで買い物	デザートとコーヒーの会
25	土	アートお雛様飾り	
26	日		
27	月	さくらの園へ配達・豊丘マルシェ買い物	
28	火	ネイル	15:30閉館となります

お知らせ

- ①久々のクッキング！自分の分は自分で作り、感染対策をして実施します。お寿司を巻いたら今年の恵方「南南東」を向いて食べましょう
- ②あすなろの庭で炭火を起こしてクッキング！暖かい火で五平餅等を焼いて食べましょう。しっかり温まって冬を乗り越えよう！
- ③タロットが趣味のご利用者に占ってもらいます。かなり当たるとウワサですよ
- ④自由に俳句を作り、おーいお茶の俳句に応募します！
- ⑤今しか見られない雪山や芽吹いた葉、好きな動物、乗り物…等写真を撮って歩きます。フォトコンテストも計画中！
- ⑥エスボードでは南信州の地場産業の展示、体験、販売をしています。地域の魅力を再発見！新しくできたシャトレゼにも行ってみましょう♡ ※先着4名程度

※新型コロナウイルス感染予防のため、プログラムの変更・中止をさせていただきます。あらかじめご了承ください。
※来所前の検温・手洗いやマスクの着用のご協力をお願いします。



プログラム名	参加費	申し込み〆切
クッキング手巻き寿司	300円	2日まで
炭火でクッキング	300円	2日まで
ホットチョコレートの会	100円	当日参加可能
デザートとコーヒーの会	100円	当日参加可能
各種買い物	実費	活動の2日前まで
※締め切り日を過ぎての申し込みはできません		

※予定している活動で、当日の参加者が1名の場合は中止となります。
※昼休みは12:00~13:00です。
※料理等の活動で材料購入後にキャンセルされた場合は半額ご負担いただきます。
※予定が変更になる場合もあります。ご了承ください。

〈問合せ先〉
社会福祉法人 親愛の里
松川町地域活動支援センター あすなろ
所在地: 下伊那郡松川町元大島2930-1
TEL : 0265-49-0152
FAX : 0265-49-0153
開所日は月・火・木・金・土曜の9時~17時45分です
(※日・水曜・祝祭日はお休みとなります)