

1月 プログラム案内

お雑煮会



日 時：1月4日(月) 14:00～
場 所：ハートフルセンター
定 員：なし 参加費：無料
申し込み：12月30日まで
※お餅準備のため申し込みをお忘れなく！！

スポーツ

日 時：①1月6日(水) } 13:30～
 ②1月13日(水)
 ③1月20日(水) } 体育館シューズ
 ④1月27日(水) } のご用意を！
内 容：卓球・バドミントン等

パソコン講座



日 時：①1月8日(金) 13:30～
 ②1月19日(火) 10:00～
定 員：6名
参加費：無料
場 所：ハートフルセンター オープンスペース

新春！麻雀大会

日 時：1月9日(土) 12:00～15:00頃
定 員：14名
場 所：ハートフルセンター
参加費：300円(雀荘カレー付き)
申込み：1月6日(水)まで

紅白鑑賞会

日 時：1月11日(月) 13:00～
場 所：ハートフルセンター
参加費：無料
定 員：なし
申し込み：プログラム開始まで

韓国語サークル



日 時：①1月12日(火) } 13:30～
 ②1月19日(火)
 ③1月26日(火) }
場 所：ハートフルセンター食堂

仕事人のつどい

★おかげさまで第3回目の開催です！

日 時：1月30日(土) 14:00～15:00 参加費 100円程度
場 所：ハートフルセンター 申し込み：1月29日(金)まで



ほっとティータイム

日 時：①1月13日(水) 11:00～
 ②1月27日(水) 11:00～



集合場所：ハートフルセンター
場 所：みやざきホスピタルデイケア室
参加費：実費

しゃべり場

今回のテーマは「リフレーミングを体験しよう」
日 時：1月15日(金) 11:00～12:00
場 所：食堂 リフレーミングとは視点を变える、
定 員：8名 または、物事を見る枠組みを変えて
申し込み：当日まで 別の枠組みで見るという考え方

どら焼きづくり

日 時：1月15日(金) 14:00～15:30頃
場 所：ハートフルセンター食堂
参加費：300円程度
定 員：8名
申し込み：1月12日(火)まで



夢叶(初詣にいこう)

日 時：1月22日(金) 10:45～15:30頃
場 所：香取神宮 定 員：7名
集合場所：ハートフルセンター
参加費：昼食代実費+ガソリン代50円
申し込み：1月16日(金)まで

昼食会

今回のメニューはガパオライス！

日 時：1月26日(火) 11:00～
場 所：ハートフルセンター
参加費：350円程度 定 員：7名
申し込み：1月23日(土)まで



揚げ餅

日 時：1月29日(金) 15:00～
場 所：ハートフルセンター
定 員：14名 参加費：10円程度
申し込み：1月27日(水)まで

※プログラムの申し込みは25日からです。申し込みを忘れずに！
※申し込み締め切りを過ぎてからのキャンセルは料金が発生することがあります。
※申し込んだプログラムをキャンセルする場合は必ず職員にお伝えください。
線で消しただけではキャンセルにならないのでご注意ください！