

第 19 週 活動プログラム

		午 前	午 後	備 考
10月6日	月		[出会いの集い] 13:30～ [お互いを知ろう] 13:45～	【準備物】 ・長袖、長ズボン ※天候と野菜の生育状況によって、農作業をする場合があります。
10月7日	火	[料理を作ろう] 9:30～ 「中秋の名月メニュー」 ・鯖の南蛮漬け ・かぼちゃの月見団子	[地域と交流しよう] 13:30～ 「座禅に挑戦」 ・玉林寺 〈実施できない場合〉 ・豊岡市立コウノトリ文化館	【準備物】※実施できない場合 ・酔い止め（必要な人）
10月8日	水	[自分で選ぼう] 9:30～ ・製作・文化活動 ・自然に親しむ活動 ・社会体験活動	[自分で選ぼう] 13:30～ ・スポーツ活動	
10月9日	木	[遠くへ出かけよう] 9:30～16:30 「天体観測をしよう」 ・にしわき経緯度地球科学館「テラ・ドーム」 ・日本へそ公園 〈悪天候の場合〉 ・余部鉄橋、城崎散策		【準備物】 ・酔い止め（必要な人）
10月10日	金	・活動のふり返し 9:30～ ・清掃活動 ・お別れ会 11:00～		

- ・その他の持ち物については、当所HPの「よくある質問」に載せています。
- ・スマホやゲーム機等、活動に必要なものの持ち込みはお断りしています。
- ・当所からの医療用医薬品の提供はしておりません。医療用医薬品が必要な場合はご持参ください。
- ・熱中症予防のため、スポーツドリンク等必要なものがあればご持参ください。