

となみ野通信

地域活動支援センターとなみ野

〒939-1379 砺波市出町中央13-1

TEL 0763-23-6540 / FAX 0763-23-6541

http://www.tabidachinet.or.jp

令和6年 12月号

となみ野通信はこちらからも
確認できます



日	月	火	水	木	金	土
1 休み	2 13:30~15:00 Wiiでボウリング	3 10:00~11:30 メニュー決め&買い出し	4 10:00~12:00 仲間でクッキング 	5 14:45~16:45 ピアフレンズ研修 申し込みは 11/29まで	6 13:30~15:00 軽スポーツ 	7 休み
8 休み	9 申し込みは締め 切っています 12:00~17:00 卓球大会	10 13:00~14:30 14:30~16:00 カラオケ	11 9:30~11:00 つくろ〜会	12 10:00~11:30 コラージュ制作 テーマ 「ゆく年くる年」	13 13:30~15:00 軽スポーツ(ペタンク) 	14 休み
15 12:30~16:00 LEOの会	16 10:00~11:30 Wiiでボウリング 	17 休み (第3日曜の振替)	18 13:30~15:30 となみ野劇場	19 10:30~11:00 通信発送準備 定員1名	20 14:00~15:15 打楽器で楽しもう	21 休み
22 休み	23 14:00~15:30 クリスマス会	24 10:00~12:00 となみ野劇場 	25 10:00~11:30 華道 正月花	26 13:30~15:00 Wiiでテニス	27 13:30~15:15 大掃除&茶話会	28 休み
29 休み	30 年末休み	31 年末休み 	◆大掃除&茶話会(27日)◆ 一年の汚れを皆でキレイにしましょう。掃除の後はコンビニスイーツでおしゃべりを楽しみながら、今年を振り返りませんか。			◆LEOの会(15日)◆ 氷見て当事者が運営しているリカバリーカフェに行きます。詳細は裏面をご覧ください。

プログラムの参加申し込みは前月の26日からです。問い合わせなどはお気軽に♪
<今月のお知らせ>

このマークは内履き持参です
スリッパでの参加は不可です

- Wiiでボウリング(2日,16日) Wiiでテニス(26日)
…内履きシューズ持参 定員4名 1人いずれか1回まで
- メニュー決め&買い出し(3日) …4日のメニュー決め&買い出し
(4日の「仲間でクッキング」参加者のみ) 定員2名
- 仲間でクッキング(4日) …メニュー:煮込み料理 参加費300円
ご飯、お箸、エプロン、三角巾持参 定員6名
- 軽スポーツ(6日) …卓球(13日) …ペタンク 定員6名
内履きシューズ、タオル、飲み物持参
- カラオケ(10日) …2部制 参加費50円 定員各4名
- つくろ〜会(11日) …クリスマス作品作り、飾りつけ
- となみ野劇場(18日,24日) …「ホームアローン2」
- クリスマス会(23日) …Xmasケーキデコレーション 参加費300円
エプロン、三角巾持参 定員6名
- 華道(25日) …参加費800円 定員5名

※状況により、開始・終了時間、定員等を変更することがあります。

<作品紹介>

夕焼けに まだこれからと 励まされ
一晴
初ゆずの 香り楽しみ 皮をむく
武佐史

<活動報告 11/12(火)リズム体操>



3か月に1回、砺波体育センターでリズム体操をしています。音楽に合わせてジャブ、ストレート、アッパーを駆使し、気持ちの良い汗をかいています。

2024年も残すところあとわずか。今年1年、大変お世話になりました。今後も皆様に楽しんでもらえるようなプログラムを企画したいと思っています。行きたいところ、やりたいことなど、皆様のご意見をお待ちしています。

来年も皆様にとって、実り多き1年となりますようにお祈り申し上げます。

来年は1月6日(月)から営業いたします。よろしくお願い致します。

【営業日および時間】

月~木曜日、第3日曜日 9:00~17:00

金曜日 9:00~16:00(令和6年度より時間変更)

【電話相談】

営業日の9:00~17:00(月曜日のみ9:00~20:00)

【登録料・利用料】無料

一部のプログラムは実費と2営業日前までの申込みが必要です。締切以降のキャンセルは費用の負担をお願いする場合があります。

