

ぱる・おかやまスケジュール表 H30年 10月

場所： 白色⇒ぱる・おかやま 青色⇒合同サークル 黄色⇒合同活動でその他の場所



電話：086-201-1720
 開所日：火～土
※日・月曜日 ぱる閉所

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
		13時 陶芸 予約		ぶどう狩り 要予約 別紙チラシあり	13時ソフトボール	要予約 10時 ぱるランチ 「シーフードカレーと かぼちゃスープ」 13時てっちゃんサークル (プログラム室②)
		13:30 ぱるカフェ				
7	8	9	10	11	12	13
		13時 陶芸 予約	13:30 あすなろ創作隊 13:30 いやしば (ASUNARO-SOU) 10時～ゆる WRAP (プログラム室①) 予約	13:30 おしゃべりカフェ 13:30 調フェス実行委員会	10時図書館サークル 13時ソフトボール	10時半 せお屋のランチ 「広島風すじこん入り お好み焼き」
14	15	16	17	18	19	20
		10時 PC 講座 予約 (プログラム室①) 13時 陶芸 予約	9時半 旬の魚料理教室 (ASUNARO-SOU) 別紙チラシ参照		14時テニスサークル	10時カラオケサークル
21	22	23	24	25	26	27
		13時 陶芸 予約	10時ゆる WRAP (プログラム室①) 予約		9時 朝活！秋を楽しむ 予約 後楽園早朝散歩 午後 研修により閉所	11時 お抹茶サークル 13時30分～ めがねっこサークル (ASUNARO-SOU)
28	29	30	31			
		13時 陶芸 予約				

※裏面もご覧ください。場所や内容、持ち物などの情報を書いています。

スケジュールの見方

合同プログラムは
予約が必要です。

JOB・ぱる・MOMO・あすてっぷ・ものづくり・クローバーのメンバーさんが参加できる合同プログラムです。
資料を準備や、人数の把握をしたいので、

前日までに、予約ファイルに名前の記入をお願いします。

合同プログラム内容について

プログラム名	どんなプログラム?	その他
PC講座	タイピング練習から、ワード・エクセルなど、個別のスピードに合わせて練習。	場所：1階プログラム室①
WRAP	自分の元気を保つための方法をグループワーク形式で共有します。	場所：1階プログラム室①
陶芸	中区浜にある事業所で、土と触れ合ったり、器を作ったりします。100g300円で作品を持って帰ることも出来ますよ♪	毎週火曜日10時から16時まで。 場所：現地集合（あすなる本部（浜））
運動	運動をして体力をつけるプログラム。動きやすい格好で来てください。	☆バランスボール：プログラム室①で行います。 ☆散歩：1階に集合してください。10時出発です。 ☆ハイキング：チラシにて確認ください。 ☆ソフトボール：13時現地集合（百間川グラウンド） ☆フットサル：12:30 出発。13時現地集合（岡山ドーム）
卓球サークル	卓球が好きな人が集まって練習。	場所：（現地集合）障がい者体育センター 送迎が必要な方は13時あすなる出発です。 持ち物：運動が出来る服装、屋内用シューズ
いやしば	発達障害の方やコミュニケーションが苦手な方が集まって話したい事を話す場です。安心して参加する為にルールづくりも行っています。	場所：1階プログラム室①