

## 2020年1月 多賀城市相談支援センター トウインクルたがじょうプログラム予定表

		1(水)		2(木)		3(金)			
午前	トウインクルたがじょうは被災されたみなさんの交流の場所です。 「地域の人達と交流したい」「楽しくお喋りがしたい」 「健康増進のために運動したい」・・・など。 また、生活や仕事に関する不安や悩みの相談もおこなっています。 お気軽にご相談ください。ご利用をお待ちしています。	施設内	施設外	施設内	施設外	施設内	施設外		
		閉所	休み	閉所	休み	閉所	休み		
午後		閉所		閉所		閉所			
6(月)		7(火)		8(水)		9(木)		10(金)	
午前	閉所	休み	サロン 10:00～12:00	PC講座 10:20～11:40	農場体験 9:30～12:00	ポーリング大会 10:00～11:30		おりがみ教室 10:00～11:30	
午後	閉所		ハンドメイドカフェ 13:30～15:00	PC講座 13:00～14:20		ストレッチ教室 13:30～14:30		フラ講座 14:00～15:00	
13(月)		14(火)		15(水)		16(木)		17(金)	
午前	閉所	休み	ラフターヨガ 10:00～11:30	PC講座 10:20～11:40	農場体験 9:30～12:00	切り絵にチャレンジ 10:00～11:30		百人一首大会 10:00～11:30	
午後	閉所		ハンドメイドカフェ 13:30～15:00	PC講座 13:00～14:20		おやつクッキング 13:30～15:00		ヨガ教室 13:30～15:02	
20(月)		21(火)		22(水)		23(木)		24(金)	
午前	PC自主学习 9:30～12:00		閉所 (桜木集会所)	PC講座 10:20～11:40	農場体験 9:30～12:00	ピンポン大会 10:00～11:30		ものづくり教室 10:00～12:00	
午後	サロン 13:00～16:00		ハンドメイドカフェ 13:30～15:00	PC講座 13:00～14:20		ストレッチ教室 13:30～14:30		フラ講座 14:00～15:00	
27(月)		28(火)		29(水)		30(木)		31(金)	
午前	PC自主学习 9:30～12:00		ごはんクッキング 10:00～12:00	PC講座 10:20～11:40	農場体験 9:30～12:00	キャンドルづくり 10:00～11:30		閉所 (高橋集会所)	
午後	サロン 13:00～16:00		ハンドメイドカフェ 13:30～15:00	PC講座 13:00～14:20		お仕事カフェ 13:30～15:00		ヨガ教室 13:30～15:00	
お問い合わせ		<p style="text-align: center;"> <b>多賀城市相談支援センター トウインクルたがじょう</b>                      〒985-0863 多賀城市東田中2-40-32 ロジユマング棟1階 開所時間 9:30～16:00                      電話受付時間／9:00～17:00 【TEL】022-794-7510 【FAX】022-794-7511                      【E-Mail】twinkle@personal-support.org                      ※各講座や各教室などへのご参加につきましてはご予約をお願いします。                 </p>							

