10 月

OCTOBER

2025　　令和7年

地域生活支援センター そら
042(381)6922

＜ 電話相談 利用時間 ＞
火　　11時～19時
水･木･金･土　10時～18時

日 SUN	月 MON	火 TUE 12時～19時	水 WED 12時～18時	木 THU 12時～18時	金 FRI 12時～18時	土 SAT 12時～18時
			1	2 足湯 リラクゼーション（プラス） 15：00～15：30	3	4
5 お休み	6 お休み	7 季節の健康講座 15：00～16：00	8	9	10 レクリエーション できたて ポップコーン 13：30～16：30	11
12 お休み	13 スポーツの日	14	15	16 レクリエーション スープ&スムージー 13：30～16：30	17	18
19 お休み	20 お休み	21 クッキング ・きほんのき 14：00～15：30	22	23	24 交流室の利用は、スタッフ会議のため13：45までとなります。	25
26 お休み	27 お休み	28 レクリエーション 座ってストレッチ 16：00～16：30	29	30	31 コーヒーマシン メンテナンス 17:00～	

10/1 コーヒーの日

ミルクウィーク（カプチーノ・カフェラテが楽しめます）

10/31 日本茶の日

☆5月より交流室ルールが変更になりました。
・状況によりトイレ等の清掃を行う場合もありますので、ご理解・ご協力をお願いいたします。
・１日の滞在時間は最大４時間となります。ご自身のプライベートな時間も大切にしつつご活用下さい。
・交流室・和室での飲食が可能です。食べ物のゴミはお持ち帰り頂くようお願いいたします。