

# コパンcafe

日時:1月22日(水) 15:00~16:00  
 内容:カレーうどん、ドリンクなど  
 参加費:200円  
 参加者2名以下のときは中止  
 申込締切:1月16日(木)  
 ※キャンセルは前日17時まで可能



## Copain Schedule

# 1

## 2025



| 日  | 月          | 火   | 水   | 木   | 金  | 土  |  |
|----|------------|---|---|---|--|--|--|
|    |            | <b>参加者募集中!</b><br><b>1/17 (金)</b><br><b>創作サークル</b><br><b>(書き初め)</b> |   | <b>1/23 (木)</b><br><b>ウォーキング</b><br><b>新宿日枝神社まで</b><br><b>初詣に行きます</b>   |  | <b>1/30 (木)</b><br><b>ガーデニング</b><br><b>(花を取り除きます)</b>  |  |
| 5  | 6          | 7<br>14:00 ラジオ体操<br>14:30 利用者ミーティング                                 | 8<br>11:30~ パソコン講座<br>(ご予約の方のみ)<br>14:00 ラジオ体操<br>14:30 レジン制作   | 9<br>14:00 ラジオ体操  | 10<br>14:00 ストレッチ  | 11<br>11:30~ パソコン講座<br>(ご予約の方のみ)<br>14:00 ラジオ体操<br>14:30 卓球  |  |
| 12 | 13<br>成人の日 | 14<br>14:00 ラジオ体操<br>14:30 DVD鑑賞会                                   | 15<br>11:30~ パソコン講座<br>(ご予約の方のみ)<br>14:00 ラジオ体操   | 16<br>14:00 ラジオ体操<br>15:00 ジェンガ   | 17<br>14:00 創作サークル<br>みなさんで<br>書き初めをします<br> | 18<br>11:30~ パソコン講座<br>(ご予約の方のみ)<br>14:00 ラジオ体操<br>14:30 ボードゲーム<br>(ハゲタカのえじき)<br> |  |
| 19 | 20         | 21<br>14:00 ラジオ体操<br>14:30 YouTube<br>で脳トレ                          | 22<br>11:30~ パソコン講座<br>(ご予約の方のみ)<br>14:00 ラジオ体操<br>15:00 コパンcafé<br> | 23<br>14:00 ラジオ体操<br>14:30 ウォーキング<br>新宿日枝神社まで<br>初詣に行きます<br> | 24<br>14:00 ストレッチ<br>                       | 25<br>事務整理日  |  |
| 26 | 27         | 28<br>14:00 ラジオ体操<br>14:30 ボードゲーム<br>(人生ゲーム)                        | 29<br>11:30~ パソコン講座<br>(ご予約の方のみ)<br>14:00 ラジオ体操<br>14:30 アイロンビーズ<br> | 30<br>14:00 ラジオ体操<br>14:30 ガーデニング<br>花を取り除きます<br>            | 31<br>14:00 ストレッチ<br>14:30 DVD鑑賞会  |  |  |

- ・来所の際は、マスクの着用をお願いします。
- ・決められた時間以外の食事は、ご遠慮ください。
- ・施設内は禁煙です。近隣の路上での禁煙にご協力ください。
- ・体調のすぐれない場合、来所はご遠慮ください。発熱等により、利用をお断りさせていただくことがあります。

OPEN 火・水・木・金・土 曜日 **11:00~17:00**

※ 電話相談 **11:00~17:00**

地域活動支援センターコパン

〒125-0051 東京都葛飾区新宿 3-9-11

：休館日 (日・月・祝日・祝日振替日・事務整理日)

Tel **03-6410-6149**