

第 7 週 活動プログラム

		午 前	午 後	備 考
6月12日	月		[出会いの集い] 13:30～ [お互いを知ろう] 14:15～	【準備物】 ・長袖、長ズボン ※天候と野菜の生育状況によっ て、農作業をする場合があります。
6月13日	火	[料理を作ろう] 9:30～ 「旬の食材で作ろう」 ・チーズポテトコロッケ ・鶏ささみの中華あえ	[地域と交流しよう]13:30～ [座禅体験をしよう] ・慈照寺 ＜実施できない場合＞ ・古代あさご館	＜実施できない場合＞ 【準備物】 ・酔い止め（必要な人） ※勾玉費用 200円～250円
6月14日	水	[自分で選ぼう] 9:30～ ・スポーツ活動	[自分で選ぼう] 13:30～ ・製作活動、文化活動 ・自然に親しむ活動 ・社会体験活動	
6月15日	木	[遠くへ出かけよう] 9:30～16:30 「但馬の自然にふれあおう」 ・氷ノ山登山 ＜雨天候の場合＞ ・余部鉄橋、城崎散策		【準備物】 ・長袖、長ズボン ・酔い止め、虫除けスプレー、 かゆみ止め 等（必要な人）
6月16日	金	・活動のふり返し 9:30～ ・清掃活動 ・お別れ会 11:00～		

- ・その他の持ち物については、当所HPの「よくある質問」に載せています。
- ・スマホやゲーム機等、活動に必要なものもの持ち込みはお断りしています。
- ・当所からの医療用医薬品の提供はしておりません。医療用医薬品が必要な場合はご持参ください。
- ・熱中症予防対策のため、しばらくの間スポーツ活動を午前中に行います。