

第 20 週 活動プログラム

		午 前	午 後	備 考
10月13日	月	スポーツの日		
10月14日	火		[会合の集い] 13:30～ [お互いを知ろう]13:45～	【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。
10月15日	水	[料理を作ろう] 9:30～ 「飯ごう炊飯に挑戦」 ・飯ごう炊飯 (ハヤシライス) ・さつまいもサラダ	[自分で選ぼう] 13:30～ ・スポーツ活動	【準備物】 ・長袖、長ズボン ・虫よけ、かゆみ止め(必要な人)
10月16日	木	[遠くへ出かけよう] 9:30～16:30 「カヌー・カヤックに挑戦」 ・県立円山川公苑 ※小雨実施 <悪天候の場合> ・香美町立ジオパークと海の文化館、湯村散策		【準備物】 ・酔い止め(必要な人) ・着替え、サンダル 【準備物】※悪天候の場合 ・酔い止め(必要な人)
10月17日	金	・活動のふり返り 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いません。医療用医薬品が必要な場合はご持参ください。
- ・熱中症予防のため、スポーツドリンク等必要なものがあればご持参ください。