

# 平成30年11月 地域活動支援センターかもめ予定表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
			1日	2日	3日	4日
			 ガーデニング 2時～4時	ストレッチ・ヨガ (ティータイム付き) 10時半～ 11時半  		
5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日
煮込みハン バーグ作り 11時～1時	調理 11時～1時 (10時45分集合)	3時閉館	昼食提供 12時～1時 (11時30分集合)	2時半 閉館	せいろ蒸し 作り 11時～1時	お休み
		ポウリング (グランドボウル) 3時半～5時	 4時閉館	カラオケ 3時～5時		
12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日
サンドイッチ 作り 11時～12時	調理 11時～1時 (10時45分集合)	昼食提供 12時～1時 (11時30分集合)	スシローへ 行こう! 11時～1時			お休み
				小物入れ 作り 1時半～3時	アップルパイ 作り 1時半～3時	
19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
	調理 11時～1時 (10時45分集合)	3時閉館	4時閉館	お休み	お好み焼き 作り 11時～2時	お休み
ハンドクリーム 作り 1時半～3時		ポウリング (グランドボウル) 3時半～5時	ティータイム &ミーティング 2時～3時			
26日	27日	28日	29日	30日		
昼食提供 12時～1時 (11時30分集合)	調理 11時～1時 (10時45分集合)	パスタを 食べに行こう 11時～1時	12時半 閉館	ストレッチ・ヨガ (ティータイム付き) 10時半～ 11時半		
			等々力溪谷 へ行こう 12時半～5時	地域交流会 1時～4時		
☆開所日時: 月曜日～土曜日 10時～5時				☆閉館日: 日曜日・祝日		
☆住所: 〒210-0847 川崎市川崎区浅田3丁目8番3号				☆連絡先: 044-333-7545		

# 【プログラムのお知らせ】

5日(月)11:00~1:00 煮込みハンバーグ作り  
参加費:300円 先着6名  
温か煮込みハンバーグ作りに挑戦しましょう。  
締切:2日(金) 5:00まで

7日(水)3:30~5:00 ボウリング(グランドボウル)  
参加費:1ゲーム100円+靴代350円  
かもめ集合:3:00 現地集合:3:30  
締切:当日2:30まで かもめ閉館:3:00

8(木)12:00~1:00 昼食提供(11:30集合)  
参加費:300円 先着9名  
メニュー:唐揚げ定食  
締切:7日(水) 3:00まで

9日(金)3:00~5:00 カラオケ  
場所:歌広場 京急川崎店 参加費:200円  
かもめ集合:2:30 現地集合:3:00  
締切:当日2:00まで かもめ閉館:2:30

10日(土)11:00~1:00 せいろ蒸し作り  
参加費:300円 先着6名  
野菜・肉をせいろで蒸して楽しみましょう。  
締切:9日(金) 2:30まで

12日(月)11:00~1:00 サンドイッチ作り  
参加費:300円 先着6名  
具たくさんインスタ映えのサンドイッチを作りましょう!  
締切:10日(土) 5:00まで

14(水)12:00~1:00 昼食提供(11:30集合)  
参加費:300円 先着9名  
メニュー:つけ麺  
締切:13日(火) 5:00まで

15日(木)11:00~1:00 スシロー行こう  
場所:スシロー(15号沿い) 参加費:500円  
かもめ集合:11時 現地集合:11時半  
締切:14日(水) 5:00まで

16日(金)1:30~3:00 小物入れ作り  
参加費:200円  
ガラススタイルで、オリジナルな小物入れに挑戦!  
締切:15日(木) 5:00まで

17日(土)1:30~3:00 アップルパイ作り  
参加費:200円 先着6名  
熱々のアップルパイにアイスクリームを乗せましょう。  
締切:16日(金) 5:00まで

19日(月)1:30~3:00 ハンドクリーム作り  
参加費:200円  
手作りハンドクリームに挑戦しましょう!  
締切:17日(土) 5:00まで

21日(水)3:30~5:00 ボウリング(グランドボウル)  
参加費:1ゲーム100円+靴代350円  
かもめ集合:3:00 現地集合:3:30  
締切:当日2:30まで かもめ閉館:3:00

24日(土)11:00~2:00 お好み焼き作り  
参加費:300円 先着6名  
お好み焼き作りに挑戦しましょう。  
締切:22日(木) 4:00まで

26日(月)12:00~1:00 昼食提供(11:30集合)  
参加費:300円 先着9名  
メニュー:焼き魚定食  
締切:24日(土) 5:00まで

28日(水)11:00~1:00 パスタを食べに行こう  
場所:ラパウザ(アトレ7階) 参加費:500円  
かもめ集合:11時 現地集合:11時半  
締切:27日(火) 5:00まで

29日(木)12:30~5:00 等々力溪谷へ行こう  
参加費:300円 (詳細は掲示板に掲載します!!)  
等々力溪谷を散策、ティータイムを予定しています!  
締切:28日(水) 5:00まで かもめ閉館:12:30

30日(金)1:00~4:00 地域交流会  
参加費:100円  
地域交流会に参加しませんか?  
締切:13日(火) 5:00まで



- ※ 調理…参加される方は10:45までに時間厳守でかもめにお集まりください。参加費は300円です。
- ※ ティータイム&ミーティング…参加希望の方は当日1:30までに集合してください。参加費は無料です。
- ◎ 昼食・休憩の時間は12:00~2:00です。昼食の買い物は12:00前から可能です。
- ◎ プログラムは、原則参加者2名以上で実施致します。
- ◎ 施設利用中の事故等につきましては、十分にご注意いただきますようお願いいたします。
- ◎ 施設外のプログラムの事故については当施設は一切の責任を負えませんのでご了承ください。

