

ステップ MAGAZINE

令和5年4月号 Vol.137

令和5年4月の予定



☆高槻西部地域活動支援センター ステップ☆

住所 高槻市富田町 5丁目 17-5
 TEL 072-694-9898
 FAX 072-694-9899
 E-mail takatukistep@bloom.ocn.ne.jp
 営業日 月曜～金曜
 開所時間 9時～17時
 休日 土曜,日曜,祝日,お盆,年末年始

日	月	火	水	木	金	土
						1
						休
2	3	4	5	6	7	8
休	レジン① 13:30～ 参加費:200円 定員:4名 オリジナル小物作り。 人気のプログラム！ 担当(小松)	ランチ	伊達さんのレクチャー 13:30～ 参加費:無料 春の不調について 講義します。 担当(伊達)	パン作り 13:30～ 参加費:250円 定員:10名迄 メロンパンに チャレンジしますよ～ 担当(小松)	ランチ 短いウォーキング 13:30 出発 参加費:無料 野菜の苗を買いに、 コーナン富田丘店まで 歩こう。担当(小松)	休
9	10	11	12	13	14	15
休		ランチ	伊達さんに聞いてみよう 13:30～ 参加費:無料 薬について、看護師の伊達さん が専門的知識を指導してくだ さいます。 担当(伊達)	脳トレ 14:00～ 参加費:無料 間違い探し 穴埋めクイズ等 担当(小松)	休	休
16	17	18	19	20	21	22
休	製菓 13:30～ 参加費:250円 定員:10名 リクエストが多かった イチゴ大福を作ります。 担当(小松)	ランチ	スクラッチアート 13:30～ 参加費:100円 全集中して出来ると 良いね。 担当(伊達)	レジン② 13:30～ 参加費:200円 定員:4名 オリジナル小物作り。 人気のプログラム！ 担当(小松)	ランチ	休
30	23	24	25	26	27	28
休		ランチ ストレッチ & マインドフルネス 13:30～ 参加費:無料 担当(伊達)	ウォーキング 9:45 出発 参加費:実費 商店街巡り！ 楽しく歩けそうな コースを考えました。 担当(小松)		ランチ	昭和の日 休

4月のプログラム ご案内

- 定員のあるプログラムは、来所又は電話にて、事前に予約されることをお勧めいたします。
- プログラム参加時は、マスク着用・手洗い・アルコール消毒の徹底・参加者同士社会的距離をとること等お守りください。協力いただけない方は参加をお断りする場合があります。

5日(水) 伊達さんのレクチャー
[春の不調について]
12日(水) 伊達さんに聞いてみよう
[薬について]
共に、13:30 開始

伊達さんの話を聞いて、人生を切り開きましょう。参考になるかならないかは人それぞれ。
是非ご参加ください。



レジン

- ① 3日(月) 13:30～ 各日定員4名
- ② 20日(木) 13:30～ 参加費:200円

やってみたいと思う方は、お早めに予約をお願いします。

26日(水) ウォーキング 9:45 出発

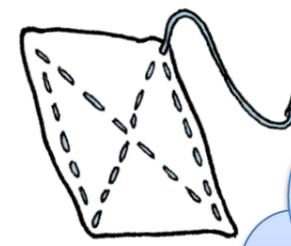
目的地:千林商店街

阪急富田駅→阪急淡路駅→神戸屋パン東淀工場直売店(安いパンがあるみたい！)→城北公園→大阪工業大学(学食で昼食)→千林商店街
参加費:交通費・昼食代で1200円前後
商店街等でお買い物される場合は別途必要です。

変更の可能性もあります。

詳細は小松までお気軽に問い合わせ下さい。

4月14日(金)、ステップ内改修工事をおこないます。それに伴い、当日は一日お休みさせていただきます。ご利用者様にはご不便おかけしますが、ご理解ご協力のほど宜しくお願いします。



13人!

企画はしたものの、雑巾作りに協力してくれる方なんているかしら？と不安でしたが、当日は13人もの方が参加してくださり、計15枚の雑巾が縫い上がりました。終了後ももう一枚作りたいと仰ってくださいの方々もいて、嬉しい限りです。良い思い出になりました。またよろしくお祈りしますね。(R5.3.20開催)

Instagram



Instagramをご覧いただきありがとうございます。掲載されている以外にも、お菓子作りやパン作り、ウォーキングや脳トレもやっているんですよ。

気になるプログラムがあれば、チラッと、のぞきに来てみてくださいね。