

いすみ地域活動支援センター レインボー
令和7年7月 月間プログラム

	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5
AM			カラオケ	スポーツ	DVD鑑賞	創作	休館日
PM			フリースペース	フリースペース	フリースペース	フリースペース	
	6	7	8	9	10	11	12
AM	休館日	今週は何をする	休館日	調理	スポーツ	カラオケ	休館日
PM		フリースペース		申し込み締め切り 7/2	フリースペース	フリースペース	
	13	14	15	16	17	18	19
AM	休館日	今週は何をする	スポーツ	園芸	休館日	お菓子を作ろう	休館日
PM		フリースペース	フリースペース	フリースペース		申し込み締め切り 7/11	
	20	21	22	23	24	25	26
AM	休館日	休館日 (海の日)	今週は何をする	DVD鑑賞	カラオケ	スポーツ	休館日
PM			フリースペース	フリースペース	フリースペース	フリースペース	
	27	28	29	30	31		
AM	休館日	今週は何をする	園芸	カラオケ	創作		
PM		フリースペース	フリースペース	フリースペース	フリースペース		

活動支援センターの開所時間	10:00~16:00
午前のプログラム	10:00~12:00
昼休憩	12:00~13:30
ラジオ体操、掃除	13:30~13:45
午後のプログラム	13:45~16:00

【利用ご希望の方は、レインボーまでお問い合わせください】
住所：千葉県夷隅郡大多喜町上原786
TEL：0470-82-2220
※諸事情により、予告なくプログラムの日程や内容が変更になる場合がありますので、利用される際は事前にご確認ください。
※準備の関係で、参加のお申し込みは期限内にお願いします。

それ以降はお断りさせていただきますので、ご了承下さい。