

# つながるCafé予定表 2025年 4月



火		水		木		金	
1		2		3		4	
ぬーりえ&ぬりえ		桜散歩/コラージュ		カードゲーム		からだ気づきワーク	
好きな音楽をもちよう		リラクストレッチ&ダンス		桜散歩/ ぬーりえ&ちょこっとインタビュー		好きなもの紹介 お二人の発表を聴こう♪	
カードゲーム	♥仕事café	クラッシュ・アイス・ゲーム		字をかこう	♥仕事café	♥ラマ・ピッグテン	仕事café
7		8		9		10	
ギター/ぬりえ		ココロの座学&エクササイズ 「不安・イライラから抜け出すヒント」		簡単で美味しいおやつづくり		おしゃべりタイム /小グループC	
テーマトーク /♥仕事café		演奏しよう		みんなミーティング		つながる語らい場 「心配な情報とのつきあい方」	
フリータイム		カードゲーム	♥仕事café	カードゲーム/フリータイム		フリータイム	♥仕事café
14		15		16		17	
本や歌詞をもちよう/ぬりえ		caféをさらに美しく♪ わくわく大掃除		ホームページを素敵にしよう /好きな手仕事		カードゲーム	
キャンドル相談会 /♥仕事café				ぬんヨガ /体験工房		外出	
フリータイム		カードゲーム		ババ抜き・ウノ	♥仕事café	♥仕事café	♥ ブロックス
21		22		23		24	
会話の練習をやってみよう こんなときどう言う？		テーマトーク/ぬりえ		和みのヨーガ		おしゃべりタイム /小グループC	
ホームページを素敵にしよう /好きな手仕事/♥仕事café		演奏しよう		つながる語らい場 「自分を俯瞰(ふかん)するって？」		ソフトボール (大岡公園にて) /ぬりえ・ぬーりえ	
フリータイム		カードゲーム	♥仕事café	フリータイム		フリータイム	
28		29		30		25	
合唱/ぬりえ				会議のため12:15オープン		ゆるりと味わう読書会 「ふたりのロッチ」①	
好きな手仕事 /♥仕事café				ゆったりイメージ太極拳 ~翼と木と波と月と~		3、4人で雑談してみよう /体験工房	
フリータイム				カードゲーム/フリータイム		ニムト・ババ抜き	
						♥仕事café	

♥印はカーテンルームです