

2025年
3月号



ぷらっと御茶ノ水 月間予定



★
は
イ
ベ
ン
ト
D
A
Y

日	月	火	水	木	金	土
2	3 カラオケ 10:30~11:30	4	5 座談会 13:00~14:30	6	7 ※保健所デイクア	8
9	10 カラオケ 10:30~11:30	11 PC・スマホサロン 13:30~15:30	12 ウォーキングorレク 13:00~14:00	13	14	15
16	17 カラオケ 10:30~11:30	18	19 ★ 一日外出 (外出先未定)	20 春分の日	21 ※保健所デイクア	22
23	24 カラオケ 10:30~11:30	25 PC・スマホサロン 13:30~15:30	26 ウォーキングorレク 13:00~14:00 ネイルサロン 13:00~15:00	27	28	29
30	31 カラオケ 10:30~11:30	1	2	3	4	5

定例プログラムは利用状況により変更する場合があります。

★ぷらっと御茶ノ水へのお問い合わせ 電話：03-3291-0600

mail：emifuru@chime.ocn.ne.jp

担当：町田、四方、森谷

※保健所デイクア参加ご希望の方は直接保健所までお問合せ下さい。電話：03-5211-8175（代）





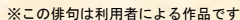
精神障がいをお持ちの方々にとって、ぶらっと、お気軽に、遊びに来れる、そんな「居場所」となることを目指しています。

イベントやプログラムへの参加、支援員との相談、ただただくつろぎに来るなど、
あなたのご希望に合わせてご利用下さい。

(内容:イベント内容決めなどのミーティング、テーマ別座談会、近隣外出または室内での軽スポーツなど行います。時間や場所は話し合いでその都度決めます)

ストレッチ、ヨガ、ゲーム、音楽鑑賞など。書籍やマンガ本なども貸し出し可能です。

※一人1日1回30分までとなります。



～3月5日の座談会で外出先を決めます～

～詳細は後日発行のチラシをご確認下さい～

3月19日(水)10:00~13:00予定

えみふる3階ふらっと御茶ノ水に9:30にお集まりください。

【お申し込み】

お電話またはメールにてお申し込みください。
(TEL 03-3291-0600 Mail emifuru@chime.ocn.ne.jp)

