

アンバーウェルネス

2026年6月

- 6/6(土)江戸東京博物館に行こう♪
東京の江戸時代を体験しに行こう！
- 6/12(金)ドミノ大会
※別部屋での実施の為、通常プログラムへのご参加も可能です。
- 6/13(土)お好み焼きパーティー♪
みんなでおいしいお好み焼きを作ろう♪
- 6/19(金)ヘルシーお弁当を頼んでみんなで食べよう♪
3種類のヘルシーなお弁当から1つ選んでみんなで食べよう♪
- 6/20(土)映画鑑賞会(事業所)♪
みんなで見たい映画を決めて事業所で映画をみよう！7月に行う休日のイベントを考えよう☆
- 6/24(水)リラックス&リフレッシュ♪
自分の好きなことをしてリフレッシュしよう！
- 6/27(土)すみだ水族館♪
沢山のペンギン達に会いに行こう♪



月	火	水	木	金	土	日
1 モルック 13:00-15:30 トレーニング 15:30-18:00	2 プール 13:00-15:30 トレーニング 16:00-18:00	3 トレーニング 13:00-18:00	4 トレーニング 13:00-18:00 ポッチャ 16:00-18:00	5 卓球 13:00-15:30 トレーニング 15:30-18:00	6 ■江戸東京博物館 9:30-17:00 詳細は備考欄へ	7
8 モルック 13:00-15:30 トレーニング 15:30-18:00	9 プール 13:00-15:30 トレーニング 16:00-18:00	10 トレーニング 13:00-18:00	11 トレーニング 13:00-18:00 ポッチャ 16:00-18:00	12 卓球 13:00-15:30 トレーニング 15:30-18:00 ■ドミノ大会 16:30-17:30 ウェルネス2階	13 ■お好み焼き パーティー♪ 9:30-15:00	14
15 モルック 13:00-15:30 トレーニング 15:30-18:00	16 プール 13:00-15:30 トレーニング 16:00-18:00	17 トレーニング 13:00-18:00	18 トレーニング 13:00-18:00 ポッチャ 16:00-18:00	19 卓球 13:00-15:30 トレーニング 15:30-18:00 ■ナイトプログラム ヘルシーお弁当を みんなで食べよう♪ 18:00-19:30	20 ■映画鑑賞会♪ & お出かけイベントを 考えよう♪ 9:30-15:00	21
22 モルック 13:00-15:30 トレーニング 15:30-18:00	23 プール 13:00-15:30 トレーニング 16:00-18:00	24 トレーニング 13:00-18:00 ■リラックス & リフレッシュ♪ 18:00-19:00	25 トレーニング 13:00-18:00 ポッチャ 16:00-18:00	26 卓球 13:00-15:30 モルック 15:30-18:00	27 ■すみだ水族館 9:00-17:00	28
29 バドミントン 13:00-15:30 トレーニング 15:30-18:00	30 プール 13:00-15:30 トレーニング 16:00-18:00					



047-702-5113



047-702-5114



080-8132-0275 (細谷) / 080-7005-8829 (菅沢)