

第 10 週 活動プログラム

		午 前	午 後	備 考
7月6日	月		[出会いの集い] 13:30～ [お互いを知ろう] 13:45～	【準備物】 ・長袖、長ズボン ※天候と野菜の生育状況によって、農作業をする場合があります。
7月7日	火	[料理を作ろう] 9:30～ 「旬の野菜を使った料理に挑戦」 ・夏野菜の甘酢あんかけ ・三色ナムル ・七夕白玉フルーツポンチ	[地域と交流しよう] 13:30～ 「工場見学しよう」 ・谷常製菓	【準備物】 ※料理を作ろう ・エプロン、三角巾、マスク 【準備物】 ※谷常製菓 ・酔い止め（必要な人）
7月8日	水	[自分で選ぼう] 9:30～ ・スポーツ活動	[自分で選ぼう] 13:30～ ・製作活動、文化活動	
7月9日	木	[遠くへ出かけよう] 9:30～16:30 「海水浴・磯観察に出かけよう」 ・竹野浜海水浴場 〈悪天候等の場合〉 ・県立人と自然の博物館		【準備物】 ※海水浴 ・酔い止め（必要な人） ・水着、サンダルタオル、着替え他 ・スポーツドリンク 【準備物】 悪天候時 ・酔い止め（必要な人）
7月10日	金	・清掃活動 9:30～ ・お別れ会 10:45～		

・熱中症予防のため、スポーツドリンク等必要なものがあればご持参ください。