

第 13 週 活動プログラム

		午 前	午 後	備 考
8月17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。
8月18日	火	[料理を作ろう] 9:30～ 「麺料理にチャレンジ」 ・手作り冷麺 ・おからのしっとりサラダ	[地域と交流しよう] 13:30～ 「朝来の清流を泳ごう」 ・魚ヶ滝 <悪天候・気温が低い場合> ・あさご芸術の森美術館	【準備物】 魚ヶ滝 ・酔い止め（必要な人） 水着、タオル、着替え、 水筒、帽子、水中用の履物 （クロックス、 マリンシューズ等） 【準備物】 あさご芸術の森美術館 ・酔い止め（必要な人）
8月19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・文化活動	
8月20日	木	[遠くへ出かけよう] 9:30～16:30 「伝統技術に触れよう」 ・竹中大工道具館 ・めんたいパーク神戸三田		【準備物】 ・酔い止め（必要な人）
8月21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。