

第 15 週 活動プログラム

		午 前	午 後	備 考
8月31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。
9月1日	火	[料理を作ろう] 9:30～ 「和食に挑戦」 ・鶏ひき肉の袋煮 ・おから煮	[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> ・豊岡市コウノトリ文化館	【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】 豊岡市コウノトリ文化館 ・酔い止め（必要な人）
9月2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	
9月3日	木	[遠くへ出かけよう] 9:30～16:30 「天文について体感しよう」 ・明石市立天文科学館		【準備物】 ・酔い止め（必要な人）
9月4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。