

一日の流れ

- | | |
|-------------|-----------------------|
| 9:30 | 開所（10:00 までにお越してください） |
| 10:00～10:30 | 朝の会・そうじ・プログラム準備 |
| 10:30～11:30 | 午前のプログラム |
| 12:00～13:30 | 昼食・昼休み・プログラム準備 |
| 13:30～14:30 | 午後のプログラム |
| 14:50～15:20 | ちょいプロ |
| 15:45～16:00 | 帰りの会 |