

令和3年7月のお知らせ

令和3年6月末日作成

月		火		水		木		金		土						
<p>※ 記載の活動以外でも随時軽作業や一人ひとりの希望に応じた活動を行っています。 活動内容を一緒に考えていきますので、お気軽にご来所ください。</p> <p>☆ 活動ミーティング（1日、2日） 13:00~14:30 7月に行う活動の内容を皆で話し合いながら、したいこと、使い方などを一緒に考えていきたいと思っています。都合のつくどちらかの日にご参加下さい</p>																
		1	午前 箱折	イキイキ倶楽部	2	午前 箱折	ギター倶楽部	3	昼ごはん屋							
			午後	活動MT		午後	活動MT									
5	午前 箱折	散歩の会	6	午前 箱折	ほほえみ倶楽部	7	午前 箱折	ゆったり買い物	8	午前 箱折	イキイキ倶楽部	9	午前 箱折	ギター倶楽部	10	昼ごはん屋 麻雀 クラフト
	午後 箱折	スポーツクラブ		午後 箱折	ショッピング		午後 箱折	生活力アップ の会		午後 箱折	ジャニーズの会		午後 箱折	パソコン教室		
12	午前 箱折	シェフの会 買出し	13	午前 箱折	ほほえみ倶楽部	14	午前 箱折	ゆったり買い物 シェフの会	15	午前 箱折	イキイキ倶楽部 テイクアウト	16	午前 箱折	ギター倶楽部	17	昼ごはん屋
	午後 箱折	節約クラブ		午後 箱折	お茶会		午後 箱折	さわやか 健康教室		午後 箱折	ショッピング		午後 箱折	園芸倶楽部		
19	午前 箱折	勉強会 英会話	20	午前 箱折	ほほえみ倶楽部	21	午前 箱折	ゆったり買い物	22	午前	海の日 	23	午前	スポーツの日 	24	昼ごはん屋 麻雀 クラフト
	午後 箱折	手話の会		午後 箱折	ショッピング		午後 箱折	生活力 アップの会		午後			午後			
26	午前 箱折	あゆみの会	27	午前 箱折	ほほえみ倶楽部	28	午前 箱折	ゆったり買い物 スイーツ買出し	29	午前 箱折	イキイキ倶楽部	30	午前 箱折	ギター倶楽部 スイーツ倶楽部	31	昼ごはん屋
	午後 箱折	ミュージックケア		午後 箱折	セルフ マッサージ ゲームの会		午後 箱折	スポーツクラブ (リズムダンス)		午後 箱折	ショッピング		午後 箱折	映画鑑賞会		

お知らせ

新型コロナウイルスの国内感染の状況に合わせ、感染対策を取り組みながら活動を
決めさせていただきます。

*記載の活動について、込み合う場所、時間帯、曜日などに配慮して行うことがあります。

＜活動時間のご案内＞

午前の部 10:30 ~ 12:00	午後の部 13:30 ~ 14:30
箱折作業 午前 10:10~11:50 午後 13:00~14:40です。(作業場は旧本部となります) ※コロナ感染拡大の影響により、午後の作業がお休みになる事があります。 又、4月21日~開始時間と終了時間が変更となりました。 ご不明な点は、職員にお問い合わせください。	

＜あゆみ活動のご案内＞

- ・あゆみの会 (5日、26日) 10:30~12:00 まで散歩します。26日は検討中です
自立訓練の方達で何かしたいことを話し合っています
*生活力アップ (7日) (21日) 13:30~14:30
- ・節約クラブ (12日) 13:30~14:30
家計簿の工夫、無駄な出費を考えるなど一緒に考えます
- ・さわやか健康教室 (14日) 13:30~14:30 毎月テーマを決めて健康について話します

※分からない事があれば職員までお問い合わせ下さい。

お問い合わせ先：くらし・しごと・応援センターはるかせ

TEL：0761-72-7779

活動のご案内

★ほほえみ倶楽部 (6日、13日、20日、27日 10:30~11:30)

集まった方たち同士で季節に応じた行事・ゲームなどしたいことを皆で話し合いながら、習字・ペン字・塗り絵・ちぎり絵、紙芝居等を予定しています

★イキイキ倶楽部 (1日、8日、15日、29日 10:15~11:15)

地域交流スペースで、座りながら行える手・足を使った体操を行います

テーマは皆さんの意見を参考に行っています

★ゆったり買い物 (7日、14日、21日、28日 10:30~12:00)

一人で買い物へ行くのが不安な方や自分のペースでゆっくりと買い物をしたい方を募集しています。参加者は職員まで相談して下さい

★CAN会 やってみたいことをみんなで話し合い活動しています

- ・シェフの会 (12日買い出し、14日調理) 参加者で次に何を作るか話し合い決めています
- ・パソコン教室 (9日) パソコンの立ち上げ方から皆さんと一緒に取り組みます
- ・お茶会 (13日) 13:30~14:30
作法にとらわれず、お抹茶を立てて、ゆったりとした時を過ごします
- ・勉強会「英会話」(19日) 10:30~14:30 簡単な挨拶から始めよう!
- ・ジャニーズの会 (8日) ジュニアズに興味がある方集まって下さい!
- ・ミュージックケア (26日) 13:30~14:30 外部講師を招き、音楽を通じた楽しみ、気分転換を図ります。

★スポーツクラブ (5日、28日) 13:30~14:30

リズムダンス、ストレッチ体操など参加の希望に応じて行っております

★セルフマッサージ (27日) 13:30~14:30

手・首・足など自分で行える部分のアロママッサージをしています

★スイーツ倶楽部 (30日) 10:00~12:00

スイーツ倶楽部の日に次の月のメニューを参加者で決めています