



# 令和3年9月のお知らせ

令和3年8月末日作成

月			火			水			木			金			土						
<p>※20日(月)敬老の日、23日(木)秋分の日祭日は、ほほえみ倶楽部とあゆみの会を参加者で内容を決めて行いたいと思います。但し、箱作業と夕ご飯はお休みとなりますのでご了承をお願いします。</p>						1	午前	箱折	ゆったり買い物	2	午前	箱折	イキイキ倶楽部	3	午前	箱折	ギター倶楽部	4	昼ごはん屋		
							午後	箱折	スポーツクラブ		午後	箱折	活動MT		午後	箱折	活動MT				
6	午前	箱折	英会話の会	7	午前	箱折	ほほえみ倶楽部	8	午前	箱折	ゆったり買い物	9	午前	箱折	イキイキ倶楽部	10	午前	箱折	ギター倶楽部	11	昼ごはん屋 麻雀 クラフト
	午後	箱折	映画鑑賞会 の話し会		午後	箱折	ショッピング		午後	箱折	生活力アップ の会		午後	箱折	ジャニーズの会		午後	箱折	スポーツクラブ		
13	午前	箱折	あゆみの会	14	午前	箱折	ほほえみ倶楽部	15	午前	箱折	ゆったり買い物	16	午前	箱折	イキイキ倶楽部	17	午前	箱折	ギター倶楽部	18	昼ごはん屋
	午後	箱折	シェフ会買出し		午後	箱折	テイクアウト		午後	箱折	シェフの会		午後	箱折	ショッピング		午後	箱折	パソコン教室		
20	<p>敬老の日 創作活動、夕ご飯お休み ほほえみ倶楽部 あゆみの会</p>			21	午前	箱折	ほほえみ倶楽部	22	午前	箱折	ゆったり買い物	23	<p>秋分の日 創作活動、夕ご飯お休み ほほえみ倶楽部 あゆみの会</p>			24	午前	箱折	ギター倶楽部	25	昼ごはん屋 麻雀 クラフト
					午後	箱折	ショッピング		午後	箱折	スイーツ買出し						午後	箱折	生活力 アップの会		
27	午前	箱折	あゆみの会	28	午前	箱折	ほほえみ倶楽部	29	午前	箱折	ゆったり買い物	30	午前	箱折	イキイキ倶楽部	<p>活動ミーティング(2日、3日) 13:15~14:30 10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>					
	午後	箱折	ミュージックケア		午後	箱折	ジャニーズの会		午後	箱折	スポーツクラブ		午後	箱折	ショッピング						

※記載の活動以外でも随時箱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。

# 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 (13日、20日、23日、27日) 10:30~12:00 まで散歩します  
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 (8日、22日) 13:30~14:30
- さわやか健康教室 (15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：暮らし・しごと・応援センターはるかぜ

TEL：0761-72-7779

# 活動のご案内

★ほほえみ倶楽部(7日、14日、17日、21日、28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(2日、9日、16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(1日、8日、15日、22日、29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 (13日買い出し、15日調理) 参加者で次に何を作るか話し合い決めています
- お茶会 (6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」(6日) 10:30~12:30 簡単な挨拶から始めよう!
- ジャニーズの会 (9日、28日)  
ジャニーズに興味がある方集まって下さい!
- ミュージックケア (27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(1日、10日、29日) 13:30~14:30

リズムダンス、ヨガ、フラダンス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(14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(24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