

# 令和4年7月のお知らせ

令和4年6月末日作成

| 月   |  |     |    | 火  |  |    |  | 水  |    |                  |    | 木      |  |    |    | 金               |  |    |  | 土  |    |         |  |    |  |    |    |                |  |    |  |                     |  |
|---|--|-----|----|--|--|----|--|----|----|------------------|----|--------|--|----|----|-----------------|--|----|--|----|----|---------|--|----|--|----|----|----------------|--|----|--|---------------------|--|
| 活動ミーティング(6日、7日) 13:15~14:30 8月に行う活動の内容を皆で話し合いながらしたいこと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*記載の活動以外でも随時箱作業やクリーンワークなど一人ひとりの希望に応じた活動を行います。活動内容を一緒に考えていきますので、お気軽に来所下さい。 |  |     |    | オレンジ色…生活介護利用(まごころ)の方向けの健康維持や生活支援を目的とした活動です<br>水色… 余暇や趣味を楽しむ活動です<br>ピンク色… 主に自立訓練(あゆみ)利用の方向けのグループでの話し合いや体験的な活動です |  |    |  | 1  |    | 午前               | 箱折 | ギタークラブ |  | 2  |    | 昼ごはん屋           |  |    |  |    |    |         |  |    |  |    |    |                |  |    |  |                     |  |
|   |  |     |    |  |  |    |  | 1  |    | 午後               | 箱折 | 園芸クラブ  |  |    |    |                 |  |    |  |    |    |         |  |    |  |    |    |                |  |    |  |                     |  |
| 4   |  | 午前  | 箱折 | スポーツクラブ  |  | 5  |  | 午前 | 箱折 | ほほえみ倶楽部<br>あゆみの会 |    | 6      |  | 午前 | 箱折 | ゆったり買い物         |  | 7  |  | 午前 | 箱折 | イキイキ倶楽部 |  | 8  |  | 午前 | 箱折 | 英会話            |  | 9  |  | 昼ごはん屋<br>麻雀         |  |
|   |  | 午後  | 箱折 | 語ろう会   |  |    |  | 午後 | 箱折 | ショッピング           |    |        |  | 午後 | 箱折 | 活動 MT           |  |    |  | 午後 | 箱折 | 活動 MT   |  |    |  | 午後 | 箱折 | 詩騙の会<br>(短歌の会) |  |    |  |                     |  |
| 11  |  | 午前  | 箱折 | ギタークラブ   |  | 12 |  | 午前 | 箱折 | ほほえみ倶楽部<br>あゆみの会 |    | 13     |  | 午前 | 箱折 | ゆったり買い物         |  | 14 |  | 午前 | 箱折 | イキイキ倶楽部 |  | 15 |  | 午前 | 箱折 | 生活力アップの会       |  | 16 |  | 昼ごはん屋               |  |
|   |  | 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 | 彩展<br>(イラストクラブ) |  |    |  | 午後 | 箱折 | お茶会     |  |    |  | 午後 | 箱折 | パソコン教室         |  |    |  |                     |  |
| 18  |  | 海の日 |    |  |  | 19 |  | 午前 | 箱折 | ほほえみ倶楽部<br>あゆみの会 |    | 20     |  | 午前 | 箱折 | ゆったり買い物         |  | 21 |  | 午前 | 箱折 | イキイキ倶楽部 |  | 22 |  | 午前 | 箱折 | シェフの会          |  | 23 |  | 昼ごはん屋<br>麻雀<br>クラフト |  |
|   |  |     |    |  |  |    |  | 午後 | 箱折 | ショッピング           |    |        |  | 午後 | 箱折 | さわやか健康教室        |  |    |  | 午後 | 箱折 | ジャニーズの会 |  |    |  | 午後 | 箱折 | 園芸クラブ          |  |    |  |                     |  |
| 25  |  | 午前  | 箱折 | ほほえみ倶楽部  |  | 26 |  | 午前 | 箱折 | テイクアウト<br>あゆみの会  |    | 27     |  | 午前 | 箱折 | ゆったり買い物         |  | 28 |  | 午前 | 箱折 | イキイキ倶楽部 |  | 29 |  | 午前 | 箱折 | スイーツクラブ        |  | 30 |  | 昼ごはん屋               |  |
|   |  | 午後  | 箱折 | ミュージックケア   |  |    |  | 午後 | 箱折 | ショッピング           |    |        |  | 午後 | 箱折 | セルフマッサージ        |  |    |  | 午後 | 箱折 | メイククラブ  |  |    |  | 午後 | 箱折 | スマホ教室          |  |    |  |                     |  |

## 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。

\* 赤字記載の活動について、中止になる可能性があります。

### <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<br>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。<br>又、4月21日~開始時間と終了時間が変更となりました。<br>ご不明な点は、職員にお問い合わせください。 |                    |

### <新しい活動のご案内>

- ・彩展(イラストクラブ) 13日 13:30~14:30 みんなで好きな絵を描きます。
- ・スマホ教室 29日 13:45~14:30 スマホの使い方など話し合います。

### <あゆみ活動のご案内>

- ・あゆみの会(5日、12日、19日、26日) 10:30~11:30  
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(15日) 13:30~14:30
- ・さわやか健康教室(20日) 13:45~14:30 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(5日、12日、19日、26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(7日、14日、21日、28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(6日、13日、20日、27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ものが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

### ・シェフの会(22日) 10:00~11:30

参加者で次に何を作るか話し合い決めていきます。

### ・お茶会(14日) 13:45~14:30

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」(8日) 10:30~11:30 簡単な挨拶から始めよう!

### ・ジャニーズの会(21日) 13:30~14:30

ジャニーズに興味がある方集まって下さい! 新聞を作ります。

### ・ミュージックケア(25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(4日 10:30~11:30、11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(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(29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きます