



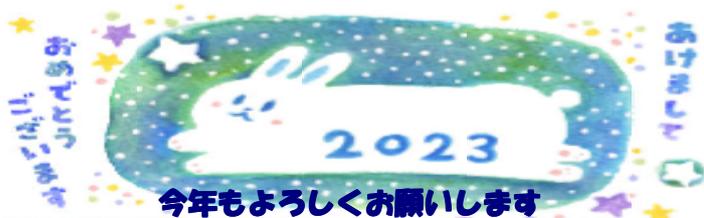
地域活動支援センターやすらぎ



2023年 1月のおしらせ

日	月	火	水	木	金	土
1 元旦 休み	2 振替休日 休み	3 休み	4 健康体操10:30~	5	6 喫茶10:20~ リズム体操 13:30~	7 休み
8 休み	9 成人の日 休み	10 健康体操10:30~	11 ふるさと散歩道 AM	12 グループワークAM	13 ヨガ10:30 喫茶10:20~ スポーツの日 (やすらぎ)13:30~	14 開所日
15 休み	16 健康体操10:30~ 作業体験14:30~	17 料理の日 AM	18 お菓子作り 10:00~	19 図書館の日 PM	20 喫茶10:20~ ポッチャの日 (やすらぎ)13:30~	21 休み
22 まちなかサテライト 12:00~15:30	23 健康体操10:30~	24 ボランティアの日 AM	25 Let's(DVD鑑賞会) AM	26	27 喫茶10:20~ スポーツの日 (やすらぎ)13:30~	28 休み
29 休み	30 健康体操10:30~	31	1	2	3	4

時節柄予定している活動の中止・変更等がある場合がございます。ご了承ください。



ヨガ&音楽
日 時 1月13日(金曜日) 10:30~
本部2階にて

料理の日
日 時 1月17日(火曜日) 10:00~
参加費 100円

お菓子作り
日 時 1月18日(水曜日) 10:00~
メニュー 水ようかん
参加費 50円

リズム体操
日 時 1月6日(金曜日) 13:30~やすらぎにて
ボランティアグループら・ら・はっぴーさん
による音楽療法です(^-^)
お正月でなまった身体をリフレッシュさせましょう(^O^)/

ふるさと散歩道
日 時 1月11日(水曜日) 10:00やすらぎ集合
行き先 アルプラザ鯖江内ウォーキングコース

Let's(DVD鑑賞会)
日 時 1月25日(水曜日) 10:15~
やすらぎ内でDVD鑑賞会をします(*^^)v

詳細・申込は
やすらぎ内ホワイトボードでご確認ください。

1月のやすらぎ・まちなかサテライトは
1月22日(日) 12:00~15:30です。
「市民ホールつつじ1階フロア」にて

11, 12月の出来事



みんなで飾り付け
しました

*ボランティアの日

11月29日 (火)

汚れが気になっていた床を雑巾で拭きました!(^^)!
また冬を前にブランターの整理も



しました(*^^)v
きれいになりましたね
(*^_^*) ありがとう
ございました!!



*パソコンの日

12月15日 (木)

年賀状を作りました(*^^)v
写真やウサギの絵を取り込
んで可愛い年賀状が出来まし
た(*^^)v 難しいですね(>_<)



*リズム体操

12月2日 (金)

体を動かしたり歌を歌ったり、身体
が温かくなりますね(^o^)/



*ヨガ教室

12月2日 (金)

寒くなり縮こまってませんか?
血流が悪くなるので、ヨガでほぐし
ました(*^^)v



*ハートフル文化祭

12月3~4日 (土~日)

ショッピングシティベルのあじ
さいホールでありました。俳句や
スケッチ、みんなで作った干支の
貼り絵を出しました (*^_^*)



*ペン習字

12月6日 (火)

今年最後のペン
習字で、年賀状を
書きました(*^^*)。
筆で書く年賀状い
いですね(^o^)/



*グループワーク

12月7日 (水)

来年1月の活動について話し合いました。Let'sや
ふるさと散歩道の行き先を決めました!(^^)!

*お菓子作り

12月14日 (水)

クリスマスケーキ作りをしました(^-^)
生クリーム
の付け方やフルーツののせ方で一人ひと
り個性のあるケーキ
が出来ました(*^^)v
その後お茶会をし、作っ
たケーキを食べたりお話しをしたり
楽しいひと時でした(*^-^*)



*図書館の日

12月20日 (火)

雪が降る中図書館へ行き借りてきました(*^^)v
いろんなジャンルで借りています(^-^)
読んでくださいね(^o^)J

*ふるさと散歩道

12月21日 (水)

西山公園へお散歩に行きまし
た(*^^)v レッサーパンダ舎も
見に行きました(*^^*) 寒い中、
舎外に出ていたのが可愛い姿が
見れました(*^^*)



*忘年会

12月22日 (木)

今年一年お疲れさまでした(*^^)v 近
くのかんきちで豪
華なランチをいた
だき楽しくおしゃ
べりました(*^^*)
新しい気持ちで新年を迎えま
しょうね(*^-^*)



社会福祉法人 つつじ会

●地域活動支援センター「やすらぎ」

〒916-0021

鯖江市三六町1丁目2-5-1

電話 0778-53-0002

FAX 0778-53-2001

Eメール yasuragi@si.ttn.ne.jp

つつじ会ホームページ

<http://www1.ttn.ne.jp/~atumare/>

●相談支援事業所「つつじ」

電話 0778-53-0058

利用時間 月~金 午前9時~午後4時

お気軽にご相談下さい。