

地域活動支援センターやすらぎ

2023年 2月のおしらせ

日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	1 グループワークAM	2	3 喫茶10:20～ 節分豆まきAM リズム体操13:30～	4 休み
5 休み	6 健康体操10:30～	7 ペン習字10:30～	8 ふるさと散歩道 AM	9 料理の日AM	10 喫茶10:20～ ヨガ(本部)10:30～ スポーツの日 (体育館)13:30～	11 建国記念の日 休み
12 休み	13 健康体操10:30～ 作業体験14:30～	14	15 お菓子作り 10:00～	16 図書館の日AM パソコンの日 13:30～	17 喫茶10:20～ ポッチャの日 13:30～	18 開所日
19 休み	20 健康体操10:30～	21	22	23 休み	24 喫茶10:20～ スポーツの日 (やすらぎ)13:30～	25 休み
26 まちなかサテライト 12:00～15:30	27 健康体操10:30～	28 ボランティアの日AM	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。
詳細・申込はやすらぎ内ホワイトボードで確認してください。

節分豆まき☘

日 時 2月3日(金) AM
無病息災を祈りましょう(*^*)
みなさん！参加してください(^-^)

リズム体操♪

日 時 2月3日(金) 13:30～
リフレッシュしましょう！(^-^)

ペン習字✎

日 時 2月7日(火) 10:30～
精神を集中する時間を作りませんか(^O^)

ふるさと散歩道☘

日 時 2月8日(水) 10:15～
集 合 10:00 やすらぎ
今月もアルプラザ鯖江内ウォーキングコースをお散歩します(^.^)/~~~

料理の日🍴

日 時 2月9日(水) 10:15～
参加費 100円(やすらぎの方)
250円(やすらぎ以外の方)

ヨガ教室🧘

日 時 2月10日(金) 10:30～
場 所 つつじ会本部2階
呼吸を整え、心身共リラックスしましょう!(^^)!

パソコンの日🖨

日 時 2月16日(木) 13:30～

お菓子作り🍰

日 時 2月15日(水) 10:00～
メニュー チーズケーキ
参加費 50円

2月のやすらぎ・まちなかサテライトは

2月26日(日) 12:00～15:30です。
「市民ホールつつじ1階フロア」にて

12, 1月の出来事

*ボランティアの日

12月27日 (火)



年末の大掃除をしました(*^^*)
普段気になっていたけど、なかなか出来なかったところも綺麗になりました(*^^)v

*リズム体操

1月6日 (金)



お正月でなまった体を軽いストレッチ運動で動かししました!(^^)! また昔の歌謡曲を歌い心身共にリフレッシュ出来ました(*^^)v



*ふるさと散歩道

1月11日 (水)

アルプラザ鯖江内のウォーキングコースを歩きました(*^^)v 早く外での散歩が出来る季節にならないかな〜…(^.^)/~~~

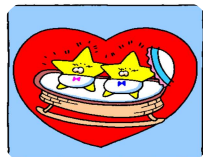
*グループワーク

1月12日 (木)

2月のふるさと散歩道の行き先を決めました(^^) 雪の心配もあり館内ウォークになりました(*^^)v また、次年度の活動希望についての話し合いもしました(*^-^*)

*ヨガ

1月13日 (金)

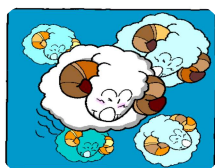


まず体を温める運動で手や足の指先まで温めました(*^^)v 慣れた方ばかりだったので少しハードなメニューにも挑戦しました(^^) 

*料理の日

1月17日 (水)

ぜんざいを作りました(*^^)v 控えめな甘さでとても美味しくいただきました(*^-^*)



*図書館の日

1月19日 (木)

趣味の本や雑誌などを借りてきました(*^^)v 読んでくださいね(^O_0^)

鯖江市の山本様より
寄贈されたお雑様です♡



*お菓子作り

1月18日 (水)

今回はみなさんのご要望もあり、水ようかんを作りました(*^^*) やっぱ福井の冬は水ようかんですね~!(^^)!



*ボッチャの日

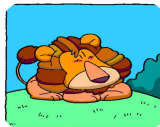
1月20日 (金)



今回、初めて参加される方もいましたが、上手にできていました!(^^)! 気軽に参加してみてくださいね(^O^)/

*ボランティアの日

1月24日 (火)



消毒作業をしました(*^^)v とてもきれいになりました。ありがとうございました(*^-^*)

*Let's (DVD鑑賞会)

1月25日 (水)



多数決で決めた『テラー スウィフト』のMVを観ました(*^^)v 初めて観て、見入ってました(笑) (*^-^*)



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。