



地域活動支援センターやすらぎ



2023年 10月のおしらせ

日	月	火	水	木	金	土
1 休み	2 健康体操10:30～	3 ペン習字10:30～ ウクレレの日 13:30～	4 グループワークAM	5	6 喫茶10:20～ リズム体操 13:30～	7 休み
8 休み	9 スポーツの日 休み	10 健康体操10:30～ ウクレレの日 13:30～	11 ふるさと散歩道 AM	12 コロコロゴルフPM	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 ウクレレの日 13:30～	18 お菓子作り 10:00～	19 パソコンの日 13:30～	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 ウクレレの日13:30	25 図書館の日AM	26 元気アップ事業 健康教室『ラジオ 体操』10:30～	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 ウクレレの日 13:30～	1	2	3	4

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。

コロコロゴルフ
 日 時 10月12日(木) 13:15～
 場 所 神明スポーツセンター
 ボランティアみちくさの会さん主催のコロコロゴルフがあります(*^^)v みなさんの参加をお待ちしています!(^^)!

リズム体操
 日 時 10月6日(金) 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(^-^) 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 10月11日(水) 10:00やすらぎ集合
 行き先 西山公園

元気アップ事業 健康教室
 日 時 10月26日(木) 10:30～
 ラジオ体操講師にご指導いただきます(*^^)

ヨガ
 日 時 10月13日(金) 10:30～
 場 所 本部2階にて

料理の日
 日 時 10月17日(火) 10:00～
 参加費 100円 (やすらぎの方)

お菓子作り
 日 時 10月18日(水) 10:00～
 メニュー サツマイモ 蒸しパン
 参加費 50円

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。

10月のやすらぎ・まちなかサテライトは
 10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

8, 9月の出来事

感謝祭の様子



8月25日(金)



*リズム体操

8月初旬の予定でしたが猛暑日が続き変更になりました(>_<) 暑さを乗り切る体力をつけたいですね(^o^)/

*感謝祭

8月26日(土)

千草の家で収穫したぶどうや野菜の販売がありました(*^*)v みちくさの会さん、やすらぎからも手作りの小物の販売をしました!(^^)! 大盛況でした(^o^)/



みちくさの会さんより

*図書館の日

8月30日(水)

暑い中図書館へ行き借りてきました(*^*)v いろんなジャンルの本を借りています(^-^)/ 読んでくださいなね(^o^)/

*リズム体操

9月1日(金)

体を動かしたり歌を歌ったり、リズムを刻んだり、リフレッシュできましたね(^o^)/



*料理の日

9月5日(火)

親子丼を作りました(^-^)/ 家庭でも簡単に作れるように市販の出汁を使って時短簡単調理でしましたが、とっても美味しく仕上がりますよ(^o^)/



*グループワーク

9月6日(水)

10月の活動ふるさと散歩道の行き先の話し合いをしました!(^^)!

*ヨガ教室

9月8日(金)

9月に入り日中の暑さはまだまだ続いています、夜は少し冷える日もあるのでヨガで血流を整えました(*^*)v



*ウクレレの日

毎週火曜日

ウクレレを始め半年になろうとしています(*^*)v 少しずつですが上達してきました(*^*)

*お菓子作り

9月13日(水)

杏仁豆腐を作りました(^-^)



なめらかな食感の美味しい杏仁豆腐が出来ました(*^*)



*Let's

9月14日(木)

『8番らーめん』へ行きました!(^^)! 近くにいく

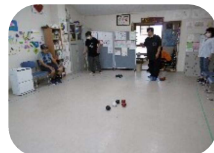


つかラーメン屋さんがある中♪やっぱ8番(^-^♪なんです(笑)(*^*)



*ポッチャの日

9月15日(金)



最後の最後に大量得点で大逆転の展開でした(*^*)v おもしろいですよ~(*^*)

*ふるさと散歩道

9月20日(水)



お隣、立待地区にある『近松の里』をお散歩しました(*^*)v 七曲り通りには古い町並みが残っていて改めて地域の良さを知りました(*^*)



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。