

# 地域活動支援センターやすらぎ

## 2023年 11月のおしらせ

| 日                              | 月                              | 火                                                | 水                          | 木                      | 金                                                        | 土             |
|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------------------------|----------------------------|------------------------|----------------------------------------------------------|---------------|
| 29                             | 30                             | 31                                               | 1<br>Let's(菊人形)<br>10:00集合 | 2                      | 3<br>文化の日<br><br>休み                                      | 4<br><br>休み   |
| 5<br><br>休み                    | 6<br>健康体操10:30～                | 7<br>グループワーク<br>AM<br>ウクレレの日13:30～               | 8<br>お菓子作り<br>10:00～       | 9<br>コロコロゴルフPM         | 10<br>喫茶10:20～<br>ヨガ(本部)10:30～<br>スポーツの日<br>(やすらぎ)13:30～ | 11<br><br>開所日 |
| 12<br><br>休み                   | 13<br>健康体操10:30～<br>作業体験14:30～ | 14<br>ふるさと散歩道(越前<br>たけふ駅周辺)10:15<br>ウクレレの日13:30～ | 15<br>料理の日 AM              | 16                     | 17<br>喫茶10:20～<br>ボッチャの日<br>13:30～                       | 18<br><br>休み  |
| 19<br><br>休み                   | 20<br>健康体操10:30～               | 21<br>図書館の日AM<br>ウクレレの日13:30～                    | 22                         | 23<br>勤労感謝の日<br><br>休み | 24<br>喫茶10:20～<br>スポーツの日<br>(やすらぎ)13:30～                 | 25<br><br>休み  |
| 26<br>まちなかサテライト<br>12:00～15:30 | 27<br>健康体操10:30～               | 28<br>ボランティアの日AM<br>ウクレレの日13:30～                 | 29                         | 30                     | 1                                                        | 2             |

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ご確認ください

### Let's!

日 時 11月1日(水) 10時集合  
行き先 たけふ菊人形

OSKの観劇をしたりゆっくり園内を見て  
回ったり各々自由に過ごします(\*^^\*)  
☆現地集合もOKです!(^^)!

### コロコロゴルフ

日 時 11月9日(木) 13:20～  
ボランティアみちくさの会さん主催のコロ  
コロゴルフです!(^^)! ボランティアさんと一  
緒に楽しみましょう(^O^)/

### ふるさと散歩道

日 時 11月14日(火) 10時集合～12時頃  
行き先 道の駅『越前たけふ』  
『道の駅越前たけふ』周辺をウォーキング  
します(\*^^)v 来年開通する北陸新幹線の越  
前たけふ駅は隣ですよ!(^^)!

### お菓子作り

日 時 11月8日(水) 10:00～  
メニュー チョコプリン  
参加費 50円

### ヨガ教室

日 時 11月10日(金) 10:30～  
場 所 つつじ会本部2階  
呼吸を整え身体をリラックスさせましょう!(^^)!

### 料理の日

日 時 11月15日(水) AM  
参加費 100円(やすらぎの方)  
250円(やすらぎ以外の方)

11月のやすらぎ・まちなかサテライトは

11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

## 9, 10月の出来事

ハロウィンの  
創作をしまし

た



### \*ボランティアの日



9月26日(火)

少し涼しくなってきたので駐車場の草取りをしました(^-^)  
館内の拭き掃除も

しました!(^^)!

### \*図書館の日

9月27日(水)

おもしろそうな本や雑誌を借りてきました!(^^)!

### \*ペン習字



10月3日(火)

『もみじ祭り 菊人形』を練習しました!(^^)! 秋を感じながら書きました(^-^)

### \*グループワーク

10月4日(水)

11月のLet'sとふるさと散歩道の話し合いをしました(^-^)  
11月も楽しい行事がありますよ(\*^-\*)

### \*リズム体操



10月6日(金)

鳴子や鈴を使って体を動かしたり、歌を歌ったり、楽しい時間でリフレッシュ出来ました(^-^)

### \*ウクレレの日の日

毎週火曜日



3つのコードで弾ける曲を練習しています(^O^)/

### \*ふるさと散歩道



10月11日(水)

秋晴れのさわやかな天気の中、西山公園をウォーキングしました(\*^^)v レッサーパンダにも会ってきました。かわいかったですね~(\*^-\*)

### \*コロコロゴルフ



10月12日(木)

みちくさの会さんと一緒に広いコートで楽しみました(\*^^)v ホールインワン賞も出ました、スゴイ!!(^O^)/

### \*ヨガ



10月13日(金)

寒くなってきたので血流を良くするヨガをしました(^-^)  
体が温かくなりましたね(\*^^\*)

### \*お菓子作り

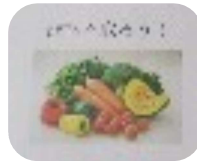


今月は『さつまいもの蒸しパン』を作りました(^O^)  
旬のさつまいもの自然な甘みの美味しい蒸しパンが出来ました♡(\*^^)v

10月18日(水)



### \*パソコンの日



10月19日(木)

挿絵を取り込みポスターを作りました(^-^)/

### \*スポーツの日

10月20日(金)

輪投げをしました(^-^)/ 参加する方が少なく寂しかったです(>\_<)

### \*ボランティアの日



10月24日(火)

冬を前にエアコンのフィルター掃除をしました!(^^)! 暖房準備は万全です!!(\*^^)v

### \*図書館の日

10月25日(水)

趣味本や雑誌、専門書などを借りてきました!(^^)!  
読んでみてください(^O\_O^)

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。