

地域活動支援センターやすらぎ

2023年 12月のおしらせ

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	1 喫茶10:15～ リズム体操13:30～	2 休み
3 休み	4 健康体操10:30～	5 ペン習字10:30～ ウクレレの日13:30～	6 グループワーク 10:15～	7	8 喫茶10:20～ ヨガ(本部)10:30～ スポーツの日 (体育館)13:30～	9 開所日 ハートフル文化祭 (ベル) ～10日
10 休み	11 健康体操10:30～ 作業体験14:30～	12 ふるさと散歩道 10:15～ ウクレレの日13:30～	13 お菓子作り 10:00～	14 忘年会11:30～	15 喫茶10:20～ ポッチャの日 13:30～	16 休み
17 休み	18 健康体操10:30～	19 図書館の日AM ウクレレの日13:30～	20	21 パソコンの日 13:30～	22 喫茶10:20～ スポーツの日 (やすらぎ)13:30～	23 休み
24 / 31 休み 休み	25 健康体操10:30～	26 ボランティアの日AM ウクレレの日13:30～	27	28	29 休み 12/29～1/3 閉館します	30 休み

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。

ペン習字

日 時 12月5日(火) 10:30～
書で集中する時間を作ってみませんか？

ヨガ教室

日 時 12月8日(金) 10:30～
場 所 つつじ会本部2階
呼吸を整え、リラックスしませんか？

お菓子作り

日 時 12月13日(水) 10:00～
メニュー デコレーションケーキ
参加費 50円

パソコンの日

日 時 12月21日(木) 13:30～

活動の詳細・申込はやすらぎ内

ホワイトボードでご確認ください。

年末年始閉館のおしらせ

12月29日(金)～1月3日(水)は閉館します
お間違えないようお願いいたします。

ふるさと散歩道

日 時 12月12日(火) 10:15やすらぎ集合
行き先 大谷公園
『ふるさと散歩道』では地域にある名所・旧跡などを散歩します(*^^)v お勧めの場所がございましたらお教えてください♡(*^-^*)

忘年会

日 時 12月14日(木) 11:00やすらぎ集合
行き先 かんきち
参加費 実費
締 切 12月8日(金)



10, 11月の出来事

*元気アップ事業

10月26日(木)

ラジオ体操の講師に来ていただき、筋力の大切さを教えてもらい、筋肉が落ちないような体操を習いました(*^^)v



*Let's

11月1日(水)

たけふ菊人形に行ってきました!(^^)! 季節外れの夏日で暑かったですね* OSKのレビューは揃ったダンスに圧倒されました!(^^)! 園内を散策もし、菊の香りに癒されましたね(*^^*)



*グループワーク

11月7日(火)

12月のふるさと散歩道、忘年会、クリスマス行事について話し合いをしました(*^-^*)

*お菓子作り

11月8日(水)



今回はオーブンを使ってチョコクッキーを作りました(^^)/ 甘さ控えめの美味しいクッキーが出来ました* (*^-^*)



*コロコロゴルフ

11月9日(木)



ボランティアみちくさの会さん主催で、今回は千草の家の方も合同の大勢で楽しみました(*^^*) 合間にお話しも出来



楽しかったですね(*^^*)

*ウクレレの日

毎週火曜日

『ルージュの伝言』を練習しています(^O^) 歌に合わせて弾けるように頑張っています!(^^)!

*料理の日

11月15日(水)

焼きそばを作りました(^O^)/ 簡単に調理出来るメニューにしました!(^^)!



*ふるさと散歩道

11月14日(水)

『道の駅越前たけふ』へ行きました(*^^*) 新幹線駅を外から見学し、道の駅ではお買い物も楽しめました!(^^)/



*ヨガ

11月17日(金)

今回は寒くなってきて縮こまり肩こりになった!、冷える!との声で、血流をよくし代謝をあげるヨガを習いました(^^) ヨガの後は体がとてもすっきりしますね(^O^)/



*図書館の日

11月21日(火)

今回は3人の方が一緒に借りに行ってくれましたよ(*^^)v 読んでくださいね(*^-^*)

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。