

# 10月の予定表

日	月	火	水	木	金	土
29	30	1 12時半開館 法人職員 会議のため	2 ラジオ 体操	3 脳トレ	4	5
6 福祉祭り ※OSの開館 時間は下記 参照	7 休館日	8 ストレッチ 13時半～	9 ラジオ 体操	10 脳トレ	11	12
13	14 休館日 スポーツの日	15	16 ラジオ 体操	17 脳トレ	18 スマホ・イ ンターネッ トセミナー 10:00～	19
20	21 休館日	22 12時半開館 職員会議の ため	23 ラジオ 体操	24 脳トレ	25 美術 10時半～ ストレッチ 13時半～	26 みんなで 唄おう 14時～  たまこヒルズ テニス大会
27 休館日 フィルター 清掃のため	28	29	30 ラジオ 体操	31 脳トレ 粘土 10:15～	1	2

・10/27(日)は館内フィルター清掃のため休館です。

・ストレッチは前日までに予約をお願いします。

※福祉祭り開催時間中(10時～15時)はオープンスペースのご利用ができません。

ご了承ください。

## 地域活動支援センター

# お伊勢の森通信

## 2024年10月265号

発行：医療法人社団円祐会地域活動支援センターお伊勢の森

武蔵村山市 学園4-5-1 市民総合センター2F

TEL：042-567-7256

FAX：042-567-7259



### 「スポーツの日」にちなんで…

今夏のパリオリンピックを終えた今、コロナ禍の中で賛否両論ありながら開催された2021年の東京オリンピックに対し、改めて世界的に評価が高まっているようです。特に開会式のピクトグラムのショーは大変ユーモラスで、愚直な姿勢でありながら、無観客の中でも視聴者を楽しませた日本の努力に、いま一度賞賛の声が上がっているのは嬉しいことですね。

### 開所時間 (オープンスペース)

火曜～金曜 (10:00～20:00)

土曜・日曜 (10:00～18:00)

### 相談受付時間 (面接・電話相談)

火曜～金曜 (10:00～18:00)

土曜・日曜 (14:00～18:00)

休館日 月曜日・祝祭日・市民総合センター休館日

面接は15分以内、電話相談は10分以内(より多くの方にご利用いただくため)とさせていただきます。ご協力お願いいたします。

## パンづくり 9/14 (土)

この日はパン作りに挑戦。職員が一次発酵まで仕上げたパンを一人2個分ずつ配り、それぞれ好みの形に整えました。パンの焼き上がりを待つ間、職員が直前に作ったパテや野菜にケチャップやマスタードなどの調味料を自由に掛けてスタンバイ。調理室に香ばしい匂いが立ち込める中、早く食べたい気持ちを抑えて自由に具材を挟みました。職員も参加者も、大きな口で自分で作ったパンを堪能しました。



## 福祉祭り 10/6(日)

いよいよ武蔵村山市の人気イベント「福祉祭り」が市民総合センターにて開催されます！今年は飲食の露店もたくさん並ぶ予定です。その他、フリマやステージ発表、福祉体験コーナーなど楽しい企画が目白押しです。お伊勢の森では昨年と同じく、無料のパステルアート体験を企画しています。イベントを通じて市内の福祉活動への理解・関心を深めてくれたら嬉しいです。ぜひお気軽に遊びに来てください。



## 粘土 9/19(木)

中秋の名月となった9月。今回は画用紙を使い、秋の風景を作って頂きました。最初に皆さんそれぞれ月を作って、画用紙のどこに置くか決めた後、きねやうす、うさぎなどを入れて自由にレイアウトしてもらいました。月ではなく、秋晴れをイメージされて太陽を作っている方もいらっしゃいました。



## NEW スマホ・インターネットセミナー 10/18(金)

お伊勢の森のご相談でスマートフォンやインターネットの使い方についての問い合わせを頂くことがあり、今回プログラムとして実施するに至りました。インターネットショッピングの注文のやり方、家計簿や体重管理などのアプリの使い方などをお伊勢の森のオープンスペースでお教えします。上記以外でもご自身が知りたいことがあれば質問して頂く形でも大丈夫です。初回は10/18を予定しています。