

ほんわか通信

平成 24 年 7 月 13 日発行

編集発行

あったかふれあいセンター「すくも」

電話 65-7665 FAX 65-7663



蒸し暑い日が続く季節となりました。あったかふれあいセンター「すくも」の壁面の装飾が、紫陽花の花から海水浴へ衣替えをいたしました。今回の装飾も全てスタッフの手作りとなっていますので、ぜひ一度見に来てください。7月7日には短冊をつるし、七夕を行いました。皆さんの願いが叶いますように…。



ラジオガ第1回、第2回ともに約20名の方が参加してくれました。沢山のご参加ありがとうございました。楽しかった、またやってほしいとの声もあり、スタッフ一同大変喜んでおります。

これからも毎月行いますので、参加できなかった方も次回はぜひご参加ください。

先日草引きを行った畑ですが、6月14日にサツマイモとミニトマトを利用者さんとスタッフで植えました。そして、6月29日には、草引きと肥料撒きを行いました。

参加してくださった皆さん、暑い中本当にありがとうございました。夏にはミニトマト、秋には沢山のサツマイモが収穫できるといいですね。



7月5日に藤本商店様よりゴザの寄付をいただきました。ありがとうございます。



スタッフでおもちゃを作成しました。おじゃみを投げて合計点を競います。ぜひ遊びにきてください。



●リフト車での送迎（車イス車両）

毎週水曜日

迎え 9:00～10:30

送り 14:00～16:00

※リフト車による送迎の利用は、予約制です。前日までにご予約ください。予約状況により、ご希望に添えない場合がありますのでご了承ください。

●ワゴン車での送迎

毎週火・金曜日

迎え 9:00～10:30

送り 14:00～16:00

※ワゴン車による送迎につきましては、予約制となっております。前日までにご予約ください。予約状況により、ご希望に添えない場合がありますのでご了承ください。

8月イベントのご案内

サクソス演奏会

有志2名によるサクソス演奏会を行います。懐かしい曲や演歌を演奏してくれます！ 予約不要ですので直接お越しください。

曲目：NHK シルクロードのテーマ・川の流れのように・赤いスイートピーなど

【日時】平成24年7月26日（木） 14：30～

【場所】宿毛市総合社会福祉センター 2階 小会議室



第3回 ラジヨガ体操教室

7月のラジヨガ体操教室に続き、8月も開催いたします。

ラジヨガ体操とは、音楽に合わせて簡単なヨガのポーズをとり、手軽にヨガ効果を体験出来る体操です。「ラジヨガ」という名前は、ラジオ体操の「ラジ」と「ヨガ」を組み合わせて付けられました。

ラジヨガ体操では、深く呼吸をしながら体を伸ばす動作を行いますので、体が柔らかくなることや、気分がすっきりするという効果が期待されます。

体操は座って行いますので、気軽に体験することができます。ぜひ、ご参加ください。

【日時】平成24年8月7日（火） 11：00～

【場所】宿毛市総合社会福祉センター 2階 小会議室



あったか夏のゲーム大会

ビンゴゲームなど豪華？景品付きでのゲーム大会を行います！軽食も用意しますのでお気軽にご参加ください！一緒に夏の思い出をつくりましょう♪

【日時】平成24年8月24日（金） 14：00～

【場所】宿毛市総合社会福祉センター 2階



開所日

月～金曜日 9：00～16：30

第2・4土曜日 9：00～12：30

問合せ先

宿毛市あったかふれあいセンター「すくも」

（宿毛市総合社会福祉センター内）

電 話：0880-65-7665

F A X：0880-65-7663