≪クオーレ７月予定表≫　開所時間 10:00～15:00

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
～お知らせ～ ★は運動を行います。午前の★は 11:00～11:40、午後の★は 13:00～ 13:40 頃まで運動します！			【健康】 健康チェック ～目標を立てよう～ 11:00～11:40 ★ 14:00 閉所	【クオーレ向上計画】 クオーレ清掃 11:00～11:30 先月を振り返ろう！ 13:00～13:40	休み	休み
5	6	7	8	9	10	11
★ 音楽を楽しむ会♪ 13:00～13:40	★ 利用者発案♪ 「徳川園に涼を感じに行こう♪」 13:05～15:00 （13:05 出発） ※現地解散 Check!	【プチエコ活動】 エコキャップ 11:00～11:40 ★ 15:00 閉所	プログラム作り 委員会！！ ～8 月編～ 11:00～11:40 【趣味・創作】 アトリエ・クオーレ♪ 13:00～13:40	★ 【クオーレ向上計画】 クオーレ清掃 13:00～13:30 ZOOM で 手話教室♪ 14:00～15:00	休み	休み
12	13	14	15	16	17	18
★ 共同作品を 作ろう♪ 13:00～13:40	社会生活力プログラム ～自分自身を知る～ 11:00～11:40 ★	★ ゲームをしよう！ 13:00～13:40	地域開放プログラム ☆健康教室☆ 10:30～11:30 Check! ボッチャ ＠クオーレ 13:00～13:40	六の市に行こう♪ 11:00～11:40 【クオーレ向上計画】 クオーレ清掃 13:00～13:30	休み	休み
19	20	21	22	23	24	25
★ 音楽を楽しむ会♪ 13:00～13:40	オリンピック パラリンピック を知ろう！ 11:00～11:40 Check! ★	★ 日本を知ろう！ ～関東地方編②～ 13:00～13:40	海の日 クオーレ休み	体育の日 クオーレ休み	休み	休み
26	27	28	29	30	31	
★ 地域開放プログラム ☆おしゃべり会☆ 13:30～15:00	【健康】 健康チェック ～目標振り返り～ 11:00～11:40 ★	★ 活動報告作り 13:00～13:30 14:00 閉所	【プチエコ活動】 エコキャップ 11:00～11:40 ★	【クオーレ向上計画】 クオーレ清掃 11:00～11:30 予定表ボード（8 月）を作ろう♪ 13:00～13:30	休み	

★7月のプログラムのお知らせ★

☆利用者発案♪「徳川園に涼を感じに行こう♪」☆　7/6

密をさけて短時間の散策となりますが、いつもとは違う場所でのウォーキングはまた新鮮な気持ちでリフレッシュすること間違いなし！季節のお花や滝を見て、涼を感じませんか？
地下鉄桜通線の車道で下車し、その後バスに乗って徳川園に向かいます。福祉乗車券、精神障害者保健福祉手帳をお忘れなく！！

☆地域開放プログラム「健康教室～免疫を高めて元気に過ごそう！～」☆　7/15

コロナ禍での生活をしていく上で気を付けた方が良いことや、感染症に負けない体作りについて、南区保健センターの保健師さんと精神福祉相談員さんから教えて頂きます！正しい知識を身につけ、免疫力を高めて元気にコロナ禍を乗り切りましょう！

☆オリンピック・パラリンピックを知ろう☆　7/20

23日から始まる東京オリンピック・パラリンピック。皆さんが楽しみにしている競技を教えてください！オリンピックに関するクイズもしますよ！このプログラムに参加すれば今年のオリンピック・パラリンピックを100倍楽しめるはず！ぜひご参加ください。

～職員からのお知らせ～

7月の開所時間は10:00～15:00の予定です。

開所時間は6月同様、10:00～15:00となっております。来所時の検温、マスク着用などの徹底をお願いしています。愛知県の緊急事態宣言は解除されましたがまだまだ油断できません。くれぐれも体調管理にはお気をつけください。また、状況に応じて変更等あるかもしれません。ご不便をおかけしますが、ご理解、ご協力の程よろしくお願い致します。

～お知らせ～
暑い日もふえてきました。水分補給は必須です！帽子、タオルも準備して熱中症予防も万全に夏を乗り越えましょう！

～プログラム参加費　一覧～

プログラム一覧	参加費 （会員/非会員）
【趣味・創作】 アトリエ・クオーレ♪	材料費（50円程度） ※材料が必要な方

☆事前申し込みをお願いしたいプログラム☆

・7/15　地域開放プログラム「健康教室☆」
・7/26　地域開放プログラム「☆おしゃべり会☆」

参加人数を把握するため、事前記入・事前連絡にご協力ください　✍✍
直接記入しにきてもOK！電話連絡でもOK！いつでもお待ちしています☆
クオーレ連絡先　052-883-9258　クオーレ携帯（緊急時）080-4534-3499