

地域活動支援センターハートランド森 10月 予定表

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
<p style="text-align: center; margin: 0;"><u>災害伝言ダイヤルを試そう！</u></p> <p style="margin: 5px 0;">皆さんNTT が提供している災害伝言ダイヤル 171 はご存じでしょうか。このサービスは災害が起きた時に電話で伝言が残せると言うものです。ここ数年急な大雨や地震が増えています、万が一に備えて試しにやってみましょう。毎月1・15日はお試しで出来ますよ！</p>			<p>【スポーツ】 体を動かそう ～ウォーキング～ 10:30～11:30</p> <p>災害伝言ダイヤルを試そう！ 13:30～14:30</p>	<p>News語ろう会☆ 10:30～11:30</p> <p>掃除 11:30～</p> <p>健康づくり教室 (熱田保健センター) 13:30～14:30</p>	休 み	休 み
5	6	7	8	9	10	11
あつた〇準備 10:30～	あつた〇 @イオン千年店 11:00～14:00	棚卸し 10:30～ 今日はカレーの日♪ 11:30～12:30	【脳トレ】 頭の体操 10:30～11:30	卓球 10:30～11:30 2階会議室にて	休 み	休 み
切り絵に挑戦！ 13:00～14:00	フリースペース	フリースペース	新プログラム 製作委員会 13:30～14:30	リモート手話教室 14:00～15:00	休 み	休 み
16:00閉所						
12	13	14	15	16	17	18
工賃日	かよういちサロン 10:30～11:30	棚卸し 10:30～	Wiiで遊ぼう！ 10:30～	ポスティング 10:30～	休 み	休 み
火曜日準備 10:30～	火曜日 11:00～13:00	【スポーツ】 バドミントン 13:30～15:00 名古屋市体育館にて (13:00出発)	フリースペース	掃除 11:30～	休 み	休 み
【芸術を楽しむ】 壁画プロジェクト 13:00～14:00	ハートランドカフェ 14:00～15:00			目指せ！1UP (コミュニケーション1) 13:30～14:30	休 み	休 み
16:00閉所						
19	20	21	22	23	24	25
フリースペース	【芸術を楽しむ】 音楽鑑賞会♪ ～洋楽・外国曲編～ 10:30～11:30	PC&タブレットを 楽しもう！ 10:30～11:30	【脳トレ】 Let's ゲミュニケーション 10:30～11:45	目指せ！1UP (コミュニケーション2) 10:30～11:30	休 み	休 み
【芸術を楽しむ】 書道教室 14:00～16:00	【スポーツ】 ポッチャ 13:30～15:00	今日はカレーの日♪ 11:30～12:30	フリースペース	掃除 13:00～	休 み	休 み
16:00閉所						
26	27	28	29	30	31	1
火曜日・配達準備 10:30～	かよういちサロン 10:30～11:30	棚卸し・配達 10:30～	フリースペース	ポスティング 10:30～	休 み	休 み
	火曜日 11:00～13:00			掃除 13:00～	休 み	休 み
『心の元気+』を 読もう！ 13:30～14:30	ハートランドカフェ 14:00～15:00	エコキャップ運動 13:00～14:00	【芸術を楽しむ】 映画鑑賞会 13:00～16:00	ちょっと寄って亭 15:00～16:00	休 み	休 み
16:00閉所						

※コロナ感染拡大状況によってはプログラム内容や時間の変更をすることがございます。

～お知らせ～

※ 開所時間は、9:30～16:00です♪（フリースペースもありますので、お気軽にご利用ください☆）

- ・施設のお休みは、土曜日・日曜日・祝日です。
- ・朝のミーティングは10:00から開始、午前中のプログラムは10:30から開始します。

精神障害をお持ちの方のこころと体の健康づくり教室

熱田保健センター5階で【バランスとるなら手ばかり栄養法】という話を聞きます。
講師は管理栄養士の種子田雅子さんです。栄養について一緒に学び、できる範囲で今日からの食事に取り入れてみませんか？

※事前申し込みが必要ですので10月1日正午までに連絡をお願いします、現地集合をご希望の方はお知らせください。当日はマスク着用で筆記用具をお持ち下さいね。

新プログラム製作委員会

先日行ったプログラム人気投票で皆さんがやりたいプログラムとして挙げて頂いたものの中から実際プログラムにするものを決めたいと思います。何がしたいか、どうすれば出来そうかを皆で話し合います。私の意見を採用して欲しい！とお考えの方は是非参加下さい。

★書道教室、今日はカレーの日は人数制限させていただきますので予約をお願いします。

～【芸術を楽しむ】映画鑑賞会タイトル紹介～

- ・第一候補→ジュディ虹の彼方に（2019年のミュージカル映画。主演：レナー・ゼルウィガーはアカデミー主演女優賞）
- ・第二候補→ヲタクに恋は難しい（2020年のロマンティックコメディ。出演：高畑充希、山崎賢人）

～事前申し込みが必要なプログラム～☆参加人数把握のため事前申し込みにご協力下さい☆

音楽鑑賞会♪、映画鑑賞会、書道教室、PC&タブレットを楽しもう！、ウォーキング、ボッチャ、卓球→当日参加OK
バドミントン、リモート手話教室→当日参加OK、今日はカレーの日♪→~~切~~当日10:30
健康づくり教室→~~切~~10月1日12:00

大体の人数把握のため事前申し込みをお願いします

～プログラム参加費 一覧～ ※未登録の方は参加費50円増しです。

プログラム名	参加費	
調理	今日はカレーの日♪	50円
スポーツ	卓球・ボッチャ	無料
	バドミントン	
	体を動かそう～ウォーキング～	
芸術を楽しむ	書道教室	300円
	映画鑑賞会	無料
	壁画プロジェクト	
	切り絵に挑戦！	
音楽鑑賞会♪		
脳トレーニング	リモート手話教室	無料
	Let's ゲミュニケーション	
	頭の体操	
eco プロジェクト	エコキャップ運動	50円
その他	かよういちサロン	
	PC&タブレットを楽しもう！	
	目指せ！1UP	
	ちょっと寄ってっ亭	
	News 語ろう会☆	
	『こころの元気+』を読もう！	
	Wiiで遊ぼう！	
	ハートランドカフェ	

プログラム人気投票

結果発表 🍌

1位 7票 書道教室
2位 3票 音楽鑑賞会、
今日はカレーの日、バドミントンなど8つ。やはり書道教室の
人気は高かったですね、皆さんの好きなプログラムはランク
インしていただいでしょうか。

【今月のサロン】

第2週・4週：内容は未定で
す、当日お楽しみに♪

※コロナ感染拡大状況によってはプログラム内容や時間の変更をすることがございます。

