親愛の里そよかぜ８月予定表

月	火	水	木	金	土	日
2	3	4	5	6	7	8
休み	**活動報告作り** ～「世界の映像とクイズを楽しもう！」について～ 13:15～14:15 昼食サービスは マグロ付きの ちらし寿司！	**ボッチャをしよう！** 13:15～14:15 ※電話対応 16:00 まで	**ちぎり絵を作成しよう！** 13:15～14:15	**頭の体操＆大人の塗り絵** 13:15～14:15 昼食サービスは トンカツ！ スタミナをつけよう！	**そよかぜシネマ** 『天空の城ラピュタ』 13:00～15:30 申し込み〆切：6日	休み
9	10	11	12	13	14	15
休み	**健康ヨガ教室** 13:30～15:00 (100円/200円) 申し込み〆切：6日	**フリータイム** 昼食サービスは 卵たっぷり 豚肉のピカタ！	**そよかぜグリーンガーデン** 10:30～11:30 ※14:00 閉所	休み	休み	休み
16	17	18	19	20	21	22
休み	**パステル★絵手紙** 13:30～15:00 (100円/200円) 申し込み〆切：12日	**書道教室** 14:00～15:00 (300円/400円) 申し込み〆切 ：12日 ※電話対応 16:00 まで	**音楽鑑賞をしよう！** 13:15～14:15	**ZOOMで手話教室** 14:00～15:00 (0円/100円) 申し込み〆切：19日 昼食サービスは 和風の 魚の照り焼き	**ボッチャをしよう！** 13:15～14:15	休み
23	24	25	26	27	28	29
休み	**みんなでストレッチ！** 13:15～14:00	**ちぎり絵を作成しよう！** 13:15～14:15	**絵画** **～自由に描こう～** 13:15～14:30	**絵画** **～自由に描こう～** 13:15～14:30 昼食サービスは さっぱり おろしハンバーグ	**頭の体操＆大人の塗り絵** 13:15～14:15	休み
30	31					
休み	**1か月お疲れ様会** 13:15～14:15					

８月のそよかぜプログラムのお知らせ

絵画～自由に描こう～

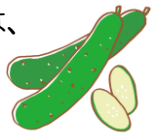
日時：８月 26 日（木）13:15～14:30
　　８月 27 日（金）13:15～14:30
参加費：無料
絵を描くことが好きな方がたくさんいらっしゃることから、「絵画」のプログラムを開催します！家では絵具等の道具を準備することが大変ですが、そよかぜに来て思い思いに絵を描いてみませんか？写真のような小物も準備しています。もちろん描きたい物を持参してもOK、頭の中でイメージしたものを描いてもOKです！

そよかぜシネマ

日時：８月７日（土）13:00～15:30
参加費：無料　申し込み〆切：8/6 まで
作品タイトル『天空の城ラピュタ』
利用者の皆さんでジブリ作品の中で人気投票をして決めました！
1986 年に公開された宮崎駿監督作品『天空の城ラピュタ』。シータとパズーが、天空に浮かぶというラピュタ帝国を探しにいく冒険物語です。公開から 30 年以上にわたって愛され続けてきた、ジブリ初期の傑作『天空の城ラピュタ』を皆さんで観ませんか？
　入退出に関しては自由にできますのでお気軽にご参加ください(^^

✿調理師　飯田のちょこっとメモ✿

今回は「きゅうり」のお話し。きゅうりは全体の 95%が水分で、栄養素はビタミン C、カロチン、カリウム等です。その含有量は非常に低く、世界一栄養がない野菜と言われています。でもきゅうりには、「水分補給・体を冷やす・塩分を体外に排出する・冷房による体調不良にも効果あり」で、夏バテ解消パワーがつまっています！



そよかぜグリーンガーデンのきゅうりも立派に育っています。昼食サービスとしても出しているので、ぜひ味わいに来てくださいね。

【お知らせ】講師の先生が来て下さるプログラムの申し込みについて

ZOOMで手話教室、健康ヨガ教室、書道教室、パステル★絵手紙への参加は**申し込み制としています。**
（申し込み〆切の時点で**参加者2名以上**で開催を決定し、**先着10名まで**受け付けます。）
当日参加も受け付けますが、定員を満たしている場合は参加できません。
★書道教室については14:00～15:00までと短縮しての開催となります。
ご理解ご協力よろしくお願い致します。

申し込み先　⇒　親愛の里そよかぜ　℡　052-462-9300

コロナウイルスの感染状況によってはプログラムを中止、変更する場合があります。
最新の情報はホームページをご覧いただくか、お電話にてお問い合わせください。

そよかぜの開所時間　火～土曜日　10:00～15:00
電話対応　火～金曜日　10:00～17:00　／　第1、3水曜日・土曜日　10:00～16:00

★8月12日(木) は職員会議のため14時00分閉所となります。　電話対応：14:00まで