

親愛の里そよかせ 1月予定表

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
休み	2022 年もよろしくお願 いします。4日は早速「初 詣&おしるこを食べよう ♪」です。皆さんにお会い 出来ることを楽しみにし ています。		～年末年始のお知らせ～ ・12/28(火)は15時閉所(電話 対応も15時まで)となります。 ・12/29(水)～1/3(月)まで 休所します。 よろしくお願い致します。		休み	休み
3	4	5	6	7	8	9
休み	Check! 初詣 (豊国神社) & おしるこを 食べよう♪ 13:00～15:30 (出発 13:00) (100円/200円) 申し込み〆切当日 12時	頭の体操・ 大人の塗り絵 13:15～14:15 ※16:00 閉所	買い物に 行こう♪ @ダイソー中村公園 13:15～14:15 ※15:00 閉所 生活に役立つグッズやおうち時間が楽し くなるグッズを皆で見に行きませんか?	みんなで ストレッチ! 13:15～14:00	Check! そよかせ 新年会♪ @そよかせ 13:15～15:00 申し込み〆切当日 12時	休み
10	11	12	13	14	15	16
休み	絵画 ～自由に描こう～ 13:15～14:30	書道教室 13:30～15:30 (300円/400円) 申し込み〆切：7日 ※16:00 閉所	ちぎり絵を 作成しよう! 13:15～14:00 ※14:00 閉所	ZOOMで 手話教室 14:00～15:00 (0円/100円) 申し込み〆切：13日 夕食サービス 17:15～18:00	昔ながらの 遊びをしよう♪ (かるた、福笑い等) 13:15～14:30	休み
17	18	19	20	21	22	23
休み	パステル★ 絵手紙 13:30～15:00 (100円/200円) 申し込み〆切：14日	新聞を読もう! 13:15～14:15 ※16:00 閉所	第12回 「run・way」 に行こう♪ @ギャラリー名芳洞 13:00～15:00 (出発 13:00) 申し込み〆切：19日	健康ヨガ教室 13:30～15:00 (100円/200円) 申し込み〆切：19日 夕食サービス 17:15～18:00	そよかせシネマ 映画鑑賞 『アーヤと魔女』 (ジブリ映画) 13:00～15:00 申し込み〆切：21日	休み
24	25	26	27	28	29	30
休み	音楽鑑賞♪ 13:15～14:15	Let's Walking @そよかせ周辺 13:15～14:30 (13:15 出発) ※15:00 閉所	1か月 お疲れ様会 13:15～14:15	話室の予定表を はり替えよう♪ 13:15～13:45 そよかせ おしゃべり会♪ 16:00～17:00 夕食サービス 17:15～18:00	Check! そよかせ ミーティング♪ 13:15～14:30	休み



1月のそよかせプログラムのお知らせ



そよかせ新年会♪

日程：1/8(土) 13:15～15:00

例年行っていた新年会が復活します！！
今回は新年の抱負を皆で語り合ったり、
なんと今年はビンゴ大会を行います！！
盛り上がること間違いなし！今年始めの
運試しに新年会に来ませんか？

そよかせミーティング♪

日程：1/29(木) 13:00～15:00

久しぶりにそよかせミーティングを開催しま
す♪そよかせのプログラムで行ってみたいこ
となど、より素敵なそよかせにする為に話し
合います♪たくさんの方のご参加をお待ちし
ています☆

✿調理師 飯田のちょこっとメモ✿

冬の果物の代表格と言えば「みかん」。皆さんは、食べる時に白いスジをとりますか？



実はみかんの豊富なビタミンCを効率的に摂りこむには白いスジを取らずに食べることがポイントです！またスジには腸内環境を整えたり美肌効果もあるペクチンが果肉の4倍も含まれているので食べないのはもったいないのです。ビタミンCを豊富に摂って寒さに負けない体づくりに備えましょう♪

【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。

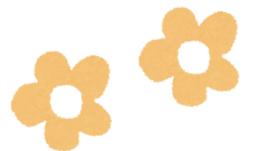
(申し込み〆切の時点で参加者2名以上で開催を決定し、先着10名まで受け付けます。)

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。

★書道教室は13:30～15:30までの開催となります。

ご理解ご協力よろしくお願ひ致します。

申し込み先 ⇒ 親愛の里そよかせ Tel 052-462-9300



1月 開所時間・夕食サービスのお知らせ

	開所時間	電話受付時間
火～金	10時～17時 ★第1・3水曜は16時まで ★14日,21日,28日(夕食サービスあり)は18時まで	10時～17時 ★第1・3水曜は16時まで
土	10時～16時	10時～16時

※夕食サービスの注文〆切は当日の14:00まで、食事提供は17:15～となっています。

(17:30までに来所してください。)

感染予防のため消毒、マスク、ソーシャルディスタンスなどのご協力をお願いします。

★職員会議/研修のため1月13日(木)は14時閉所(電話対応14時まで)、

1月6日(木)・26日(水)は15時閉所(電話対応15時まで)、

1月12日(水)は16時閉所(電話対応16時まで)となります。よろしくお願いします。

コロナウイルスの感染状況によっては開所時間の変更、プログラムの中止、変更をする場合があります。最新の情報はホームページをご覧ください。お電話にてお問い合わせください。