親愛の里そよかぜ４月予定表

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
休み	 **～朝の会のお誘い～** 毎朝 10:15 頃から、朝の会を行っています♪自分の体調を確認したり、皆でラジオ体操を行っています。今年度こそ生活リズムを整えたいなと考えている方は、ぜひ４月から朝の会で一緒に体を整えましょう！			絵画 ～自由に描こう～ 13:15～14:30	Check! **カメラマンの林さんに教えてもらおう！** 13:00～15:30 **(13:00 出発)** (200 円) ※雨天時室内	休み
4	5	6	7	8	9	10
休み	室内ゲームを楽しもう♪ 13:15～14:15	新聞を読もう 13:15～14:00 ※14:00 閉所	みんなで すごろく！ 13:15～14:00 ※15:00 閉所	音楽鑑賞♪ 13:15～14:15 **夕食サービス** **17:15～18:00**	みんなで ボッチャ！ 13:15～14:00	休み
11	12	13	14	15	16	17
休み	Check! **木下大サーカスを見に行こう♪** **@白川公園(伏見)** 14:00～16:10 **(12:30 出発)** (チケット代無料) 申し込み〆切：８日 先着 10 名まで	書道教室 13:30～15:30 (300 円/400 円) 申し込み〆切：８日	10:15 頃から、朝の会をしています♪ ※12:30 閉所	健康ヨガ教室 13:30～15:00 (100 円/200 円) 申し込み〆切：13 日 **夕食サービス** **17:15～18:00**	そよかぜシネマ 映画鑑賞 『実写版 シンデレラ』 13:00～15:00 申し込み〆切：15 日	休み
18	19	20	21	22	23	24
休み	パステル★ 絵手紙 13:30～15:00 (100 円/200 円) 申し込み〆切：15 日	Check! **みんなの知恵の輪** **～みんな買い物どうしてる？～** **(買い物での困りごとについて)** 13:15～14:15 ※16:00 閉所	みんなで ストレッチ！ 13:15～14:00	ちぎり絵を 作成しよう！ 13:15～14:00 **そよかぜ** **おしゃべり会♪** 16:00～17:00 **夕食サービス** **17:15～18:00**	音楽鑑賞♪ 13:15～14:15 サイコロを振り、お題にあわせてトークをします♪	休み
25	26	27	28	29	30	
休み	みんなで ボッチャ！ 13:15～14:00	談話室の予定表を はり替えよう♪ 13:15～13:45	Check! **３地活合同** **ボッチャ交流会** **@名古屋市体育館** 13:00～15:00 **(11:40 出発)** 申し込み〆切：26 日	休み （昭和の日） 試合を見に行くだけでもOK！参加お待ちしています。	１か月 お疲れ様会 13:15～14:15	休み

4月のそよかぜプログラムのお知らせ

カメラマンの林さんに教えてもらおう！　日程：4/2(土)　13:00～15:30

今回は、林さんと一緒に桜の写真を撮りに中村公園まで歩いて行きます。そよかぜに帰ってきた後は、３階にて林さんに撮影した写真の講評をしていただきます。今の季節、外に出て写真を撮ることでリフレッシュすること間違いなし！！自前のカメラやスマートフォンがある方はぜひ持ってきてください♪カメラ等無い方も、そよかぜのものを貸し出しますのでお気軽にご参加ください。※雨天時は、そよかぜ内にて小物（春を感じるもの）の撮影会をします！

木下大サーカスを見に行こう♪　日程：4/12(火) 14:00～16:10(12:30 出発)

あの有名な木下大サーカスを観に行きます！行ったことのある方も、ない方も楽しめること間違いなし！先着 10 名まで参加可能の為、申し込み制としています。参加希望の方はお早めにそよかぜまでご連絡ください。

【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

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。
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　TEL　052-462-9300

❁調理師　飯田のちょこっとメモ❁　　「まごわやさしい」について

みなさんは「まごわやさしい」という言葉をご存知ですか？取り入れることで健康的な食生活を送ることができる食材の頭文字です。　ま：豆類　ご：ゴマ類　わ：ワカメや海藻　や：野菜　さ：魚　し：しいたけきのこ類　い：いも類　です。
１日の食事で７つの食材を全て取り入れるように意識してみましょう。自分で取るのは大変だなと思った方はそよかぜの食事サービスもご利用下さいね。

≪4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3水曜は16時まで ★8日,15日,22日（夕食サービスあり）は18時まで	10時～17時 ★第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6日(水)14時閉所(電話対応14時まで)、7日(木)15時閉所(電話対応15時まで)、14日(木) 12時30分閉所（電話対応12時30分まで）となります。

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いただくか、お電話にてお問い合わせください。