

親愛の里とよかぜ 8月予定表

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
休み	新聞を読もう 13:15~14:15	みんなの知恵の輪! 「暑さ対策について」 13:15~14:15 ※16:00 閉所	みんなでストレッチ! 13:15~14:00 ※14:00 閉所	音楽鑑賞♪ 13:15~14:15	絵画 ~夏の絵を描こう~ 13:15~14:30	休み
8	9	10	11	12	13	14
休み	ちぎり絵を作成しよう! 13:15~14:15	書道教室 13:30~15:30 (300円/400円) 申し込み〆切: 5日	そよかぜ 休み (山の日)	みんなでポッチャ! 13:15~14:15 夕食サービス 17:00~17:45 ※17:45 閉所	そよかぜ 休み いつもと違う時間なのでご注意を!	休み
15	16	17	18	19	20	21
休み	絵画 ~自由に絵を描こう~ 13:15~14:30	室内ゲーム(人生ゲーム)を楽しもう♪ 13:15~14:30 ※16:00 閉所	小池商品の看板を作って地域に宣伝しよう♪ 13:15~14:15 そよかぜで小池商品(ジャム、ジュースなど)を販売中♪	健康ヨガ教室 13:30~15:00 (100円/200円) 申し込み〆切: 17日 夕食サービス 17:15~18:00	そよかぜシネマ 映画鑑賞 『SING ネクストステージ』 13:00~15:00 申し込み〆切: 19日	休み
22	23	24	25	26	27	28
休み	音楽鑑賞♪ 13:15~14:15	みんなの語り場! (スポーツ好き 集まれ!!) 13:15~14:15 ※16:00 閉所	頭の体操 & 大人の塗り絵♪ 13:15~14:15	談話室の予定表を はり替えよう♪ 13:15~13:45 夕食サービス 17:15~18:00	そよかぜゲーム大会 & かき氷 13:15~15:00 (100円/200円) 申し込み〆切: 当日 12時まで	休み
29	30	31	<p>~つながる親愛タイム~</p> <p>パステルで絵を描いてみよう! 13:30~15:00 (100円/200円) 申し込み〆切: 26日 地域の方と一緒に花火を描きます♪</p> <p>1か月お疲れ様会 13:15~14:15</p> <p>8/3 みんなの知恵の輪! 「暑さ対策について」 7月、名古屋では35℃を超える猛暑日もありました。熱中症にならないように、節電もしながら部屋で快適に過ごせる方法や、外出する時の暑さ対策を一緒に考えてみませんか?参加お待ちしております♪</p>			



8月のそよかせプログラムのお知らせ



みんなの語り場！（スポーツ好き集まれ！）日程：8/24(水)

そよかせの皆さんと一緒にスポーツについて語りあいたいと思います！学生時代運動系の部活動をしていた方、スポーツ観戦が趣味の方、スポーツやるのは苦手だけど興味がある方など、誰でも参加できます。もちろん聞くだけでもOK！みなさんの好きなスポーツ、そのスポーツの面白いポイントなどを教えてください♪熱いトークで盛り上がりましょう！

夏祭り風！そよかせゲーム大会&かき氷 日程：8/27(土) 参加費：100円/200円

5月に行ったそよかせゲーム大会が好評だった為、8月も行います！今回はボッチャの他、夏祭りをイメージし輪投げ、的当てを行う予定です。ゲームを楽しみながら体を動かしてストレス発散！そして、かき氷も食べます♪夏の思い出にぜひ参加してみませんか？

【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ます。コロナウイルスの感染状況やプログラムの内容により定員を決めています。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 ⇒ 親愛の里そよかせ TEL 052-462-9300



✿調理師 飯田のちょこっとメモ✿ ～夏の風物詩「スイカ」について～

スイカには、トマトの1.4倍のリコピンとポリフェノールを含んでいます。スイカにはスーパーアミノ酸と呼ばれる「シトルリン」が豊富に含まれ、血流を良くし、紫外線からシミやしわを予防する効果があるので「食べる日焼け止め」とも言われています。

利尿作用も促すのでむくみが気になる方はなるべくスイカを食べましょう♪

◎食事サービスでこんなメニューが食べたい！というリクエストお待ちしております。



＜8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 ★8/19,26（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、食事提供は17:15～となっています。（置き置き17:30まで。）また、8/12の食事提供は17:00～となっています。（置き置き17:15まで。）

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。

★8月4日(木)は14時閉所(電話対応14時)、8月12日(金)は17時45分閉所(電話対応17時)、8月24日(水)は16時閉所(電話対応16時)、8月13日は一日閉所となります。

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ください。お電話にてお問い合わせください。