

# 9月プログラム内容

日程表は裏面に記載しています

日程	曜日	サークル名	参加費	場所	内容
1・22日	金	クラウン教室	無料	ミニなでしこ (王塚台)	13:30~講師の方を招いてクラウンを教わります。動きやすい服装でご参加ください。
2・30日	土	食事作り	実費	虹の里	10:00~ミーティングをし、メニューを決め、材料を買いに行きます。
2日	土	わなげ	無料	虹の里	わなげで点数を競います。
4日	月	音楽鑑賞	無料	虹の里	パソコンとプロジェクターで音楽や映像を流します。懐かしの曲や映像をリクエストしてください。
6・13・27日	水	なないろ食事提供	350円	虹の里	なないろのメンバーと職員が昼食を作ります。注文される方は10時までにご連絡ください。メニューがあらかじめ決まっていますのでご確認ください。リクエストもホワイトボードにて受け付けています。
6日	水	手裏剣での当て	無料	虹の里	ゴムの手裏剣を使用的当てをし点数を競います。ストレス解消にどうでしょうか!?
8・29日	金	絵画教室	無料	虹の里	食欲の秋ということで秋の食材+調理器具を描きます!是非ご参加下さい!!
11・25日	月	園芸サークル	無料	虹の里	草引きをします。賃金が200円出ます。
12日	火	朗読サークル	無料	虹の里	毎回違った詩を、一人づつ朗読します。発声練習にもなり、声を出すことはリフレッシュにもなります。
13・30日	水・土	音楽サークル	無料	虹の里	13:30~季節の音楽を歌ったり、自分の聴きたい曲を事前にリクエストしてみんなで歌ったり聴いたりしています。
15日	金	平尾さんのOT活動	無料	ミニなでしこ (王塚台)	作業療法士の平尾さんに来ていただいて、しりとりや連想ゲームなどを行います。
15日	金	カラオケ	無料	虹の里	13:00~インターネットを使ったカラオケをします。
16日	土	DVD鑑賞	無料	虹の里	千年ぶりとなる彗星の来訪を一か月後に控えた日本。山深い田舎町に暮らす女子高校生・三葉は憂鬱な毎日を送っていた。町長である父の選挙運動に、家系の神社の古き風習。小さく狭い町で、周囲の目が余計に気になる年頃だけに、都会への憧れを強くするばかり…「まだ会ったことのない君を、これから俺は探しに行く。」辿り着いた先には、意外な真実が待ち受けていた……。出会うことのない二人の出逢い。運命の歯車が、いま動き出す
20日	水	小河先生の個別相談	無料	ミニなでしこ (王塚台)	14:00~ 内科の先生に来て頂いて相談をします <b>事前に予約が必要です</b> 。希望する方は虹の里までご連絡ください。
26日	火	近澤先生のリラクゼーション教室	無料	ミニなでしこ (王塚台)	呼吸法などを使いリラクゼーションを行います。参加希望の方は職員に伝えて下さい。※日にちが変更になる場合があります。午後からの個別相談は要予約ですので職員まで言って下さい。
27日	水	宮軒先生の勉強会	無料	ミニなでしこ (王塚台)	テーマ「薬の副作用について」
表面参照		虹の喫茶	実費	虹の里	コーヒーやオレンジジュースなど1杯70円をご用意しています。実施日は表面を確認ください。
表面参照		ウォーキング	無料	虹の里	10:45~虹の里周辺の畑の道を歩きます。気持ちがいいですよ。実施日は表面を確認ください。