

# 7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・8・15・29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。
1日	土	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。
3・19日	月・水	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。
4日	火	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。
5・26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。
7・21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。
8日	土	DVD鑑賞	無料	虹の里	香川県の実話を基にしたストーリー。警察犬試験に失敗しながらも、何度もチャレンジを繰り返すラブラドル・レトリバーの「きな子」と、訓練士を目指す少女の物語。
10日	月	手裏剣的当て	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!?
11日	火	朗読サークル	無料	ミニなでしこ (王塚台)	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。※今月は場所がミニなでしこです。
12日	水	ボールペン字	無料	虹の里	きれいな文字は財産です!練習にどうですか!?
14・28日	金	絵画教室	無料	虹の里	夏だ!海だ!バカンスだ!浮き輪、ビーチサンダルなど夏にちなんだ絵を描きましょう!
15・26日	土・水	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。
18日	火	わなげ	無料	虹の里	わなげで点数を競います。
19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。
22日	土	ほっともっと弁当注文	実費	虹の里	ほっともっとでお弁当を注文して食べます。10:30までに注文してください。
25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。
26日	水	宮軒先生の勉強会	無料	ミニなでしこ (王塚台)	テーマ「薬以外の治療法とは?」
29日	土	おやつ作り	無料	虹の里	今回は暑くなってきたので「かき氷」をつくります。是非ご参加下さい。
31日	月	ポッチャ	無料	虹の里	13:30～赤・青のカラーボールを投げたり、転がしたり、他のボールに当てたり、いかに近づけるかを競います。
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。