

5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日	土	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！？
7・21日	金	クラウン教室	無料	ミニなでしこ (王塚台)	開催方法を検討中です。参加希望の方はお問合せ下さい。
8日	土	脳トレーニング	無料	虹の里	間違い探しやナンプレ、クロスワードなどをします。脳を鍛えましょう！
10・24日	月	園芸サークル	無料	虹の里	草引きや野菜の収穫をします。
12・22日	水・土	音楽サークル	無料	虹の里	時間を1時間に短縮して、トーンチャイムとリクエスト曲を中心にします。
15日	土	散歩	無料	虹の里	虹の里周辺をお散歩しましょう♪
18・29日	火・土	おとなの塗り絵	無料	虹の里	塗り絵にはストレス解消や自律神経を整える効果があります。
19・26日	水	なないろ食事作り	350円	虹の里	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。
21・28日	金	絵画教室	無料	虹の里	「虹の里に熊あらわる！！」冬眠から目覚めた熊を描きましょう。是非、ご参加ください。
22・29日	土	食事作り	実費	虹の里	食事を希望される方は10:30までに注文してください。 コロナウイルス対策のため、職員のみで調理をします。 食事代は参加人数で割って計算するので、当日の11時頃に決まります。
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)	「近澤先生のリラクゼーション教室」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。「こころの健康相談」：無料：ミニなでしこ：生活上の困りごとや悩みをお聴きしていっしょに考えます。おひとり50分ずつ、 要予約。ご予約は078-926-0091（ミニなでしこ）まで。
25日	火	施設周辺清掃	無料	虹の里	虹の里周辺のごみ拾いをします。参加された方には喫茶券が出ます。みんなできれいにしましょう！
26日	水	宮軒先生の勉強会	無料	ミニなでしこ (王塚台)	精神科の先生に来て頂いて勉強会をします。テーマ：老後、親亡きあとなど将来の不安について
31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。
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80円でご用意しています。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。