

つながり通信



秋の種を蒔きました

今年のかすみ草に挑戦します。
蒔くところの写真を撮れなかった
ので現在の様子です。
ネモフィラの発芽
が遅いかも・・・



暑さの後の体調管理

季節の変わり目には、体調不良を
引き起こす要因が多くあります。
例えば、気温や湿度の変化、花粉
症などです。体調管理には、バラ
ンスの良い食事、十分な睡眠、適
度な運動、ストレスを減らすこと
が大切です。

2023. 9. 27発行

日	月	火	水	木	金	土
10/1 休み	2 休み	3	4	5	6	7 PM 園芸活動
8 休み	9 休み	10	11	12	13	14
15 休み	16 休み	17	18	19	20	21
22 休み	23 休み	24	25 13:30~ 皆で考える会	26	27	28
29 休み	30 休み	31	11/1	2	3	4

プログラムのご案内

園芸活動（無料）7日
花の苗を育てています。
軽作業（出来高で工賃が出ます）
希望者のみ、ノルマ無し、
気が向いたときにする、
疲れたら止める、
でOKです。



小さな苗から大きな花 福井の冬を越せる？

皆で考える会：次回 10/25(水)

<ルール>

- 一人の困り事を皆で考えます
- ・見学はいつでもできます
- ・発言しない時はパスできます
- ・人の良い所を褒めましょう
- ・質問はいつでもできます
- ・聞いた話は他の人に言いません

「いつ来ても、いつ帰ってもいい、自由に過ごせる場所です」

社会福祉法人 芦山会 地域活動支援センター つながり

〒915-0076 越前市国府 1-8-1 Tel 0778-23-7880

開所時間 9:00~16:00 開所曜日 火~土曜日 HP <http://www.rozankai.com>

奥まった場所にありますが、近くまで来られましたらお電話ください

