

つながり通信



【木曜日はストレッチ！】

4月より、新企画の「ストレッチ運動」をしております→
当日皆さんから、肩・膝などテーマを確認し、動画を参考に実行・・・これが意外に効果絶大で「スッキリした！」との感想を聞いております。
皆さん、奮ってご参加下さい♪



【5月催し物のご案内】

5/10 (土) 「抹茶会」

コーヒーだけでなく、たまには御抹茶を楽しみませんか？
旬の和菓子をお付けします！
参加費は 100 円。女性職員が点てますので、肩ひじ張らずお気軽にいらして下さいね～☺

2025. 4. 30 発行

日	月	火	水	木	金	土
4/27 休	28 休	29 昭和の日 休	30	5/1 ストレッチ運動	2	3 憲法記念日 休
4 みどりの日 休	5 こどもの日 休	6 振替休日 休	7	8 ストレッチ運動	9	10 抹茶会
11 休	12 休	13	14	15 ストレッチ運動	16	17
18 休	19 休	20	21	22 ストレッチ運動	23	24
25 休	26 休	27 アップ 合同スポーツ	28	29 ストレッチ運動	30	31

【プログラムのご案内】

• 軽作業 (箱折・貼合)

→希望される方のみ
(ノルマはありません)
→出来高で工賃が出ます

• 調理教室

→簡単に作れるレシピです

• 創作活動

→絵画・書道など



㊗㊗の衣はﾊﾞｯﾂなので、ﾈｯﾗｲ製法なのです！

【調理教室について】

←4/12(土)、皆さんでこねたり丸めたり、と「春ｷﾞｬｯの㊗㊗」作りました。ほぼ油を使わず体に優しいメニューとなりました♪
今年度より「料理」に加え「お菓子作り」も行います。
「こんな料理作りたい！」とご希望、お待ちしております！

「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ので、近くまで来られましたらお電話ください！

