



2021年7月 はるかぜ予定表

※下記プログラムはあくまで予定です。変更の可能性があります。

月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜
			1	2	3	4
	カラオケ・・・水曜・土曜 前半 13:00～13:50 後半 14:00～14:50		14時～ 手軽にストレッチ 	13時～ 3色パステル アート 		休館
5	6	7	8	9	10	11
10時～ パソコン教室 	13時～ スポーツ					休館
12	13	14	15	16	17	18
10時～ パソコン教室 13時30分～ はるかぜトーク 	13時～ スポーツ			14時～ はるかぜ セミナー		休館
19	20	21	22	23	24	25
10時～ パソコン教室 13時～ はるかぜ ミーティング 	13時～ スポーツ		海の日 	スポーツの日 		休館
26	27	28	29	30	31	
10時～ パソコン教室 	13時～ スポーツ		14時～ いきいき体操 	13時30分～ アトリエ プランタン 		

サークル & その他の活動

はるかぜ無洗米協会 木曜 16時～
ミュージック・シネマの会 金曜 15時～ / Wii-TVゲーム 土曜 13時～
※当面の間、自粛運営の予定（再開については、各サークルの判断となります）



はるかぜセミナー

「健康的な食生活について」をテーマに、
私たちのこころとカラダの健康でたいせつな
「食」について気軽に学べるセミナーです。

日時 **7月16日(金) 14時～**

場所 フリースペース

講師 栄養士 加藤さん

みなさん、気軽にご参加ください♪



アトリエプランタン

3色パステル
「アジサイ」
「いもむし君」



七夕飾り
短冊といっしょに
飾ります～



はるかぜガーデン

今年もボランティアさんとたくさんジャガイモを収穫しました。大きさも形もさまざまでしたが、どれも味は濃厚で、水分をたっぷり含んだ美味しいジャガイモでした。利用者さんからは「味噌汁に入れて食べた」「レンジでチンして、塩で食べた」「美味しかったです」と感想をいただきました。



とれたて
新ジャガ!

収穫が
楽しみ♪



ミニトマトの花



食中毒の予防

暑い日が続き、食中毒が気になる季節になりました。

★持ち帰りの弁当などは、すぐに食べるように心がけましょう。

★すぐに食べないときは冷蔵庫で保管し、なるべく早く食べましょう。



はるかぜトーク

日時 7月12日(月)

13:30～

テーマ『嫌な思い出の忘れ方』
ピアサポーターとともに、なごやかに、自由に、会話をたのしむ時間です。