



ニュースレター

NPO 法人希望の会福祉会 地域活動支援センターふあーれ

〒940-0061 長岡市城内町 3-5-11 北野ビル 1F

TEL/FAX 0258-89-7859

地域活動支援センター **ふあーれ**

待ちに待った春到来！と穏やかな気分もつかの間、花粉症や寒暖差の激しい天候など体調を保つことが難しい季節の変わり目でもありますね。公園や道路脇にも、色とりどりの草花が数多く見られます。きれいな草花を眺めながらホッと一息、心安らぐ時間を過ごしたいものですね♪

手芸クラブ

毎月第1木曜日 10時～12時開催 申し込み不要。初心者大歓迎!!

おしゃべり会報告 4/2 5名

【意見箱より】

・カラオケやボーリングに行きたい。

→カラオケは 6/28(土)に開催決定！

【6月の予定】

◆6/13 NPO 総会



🌸お花見 悠久山公園🌸

お天気に恵まれ、たくさんの利用者の方と共に、今年も悠久山へお花見に出掛けることができました。



4/2 食事会

メニューは、大人気の「海鮮丼」でした！
美味しいものを食べると元気がでますね！





5月活動予定



日	月	火	水	木	金	土
				1 手芸クラブ	2	3 憲法記念日 閉所
4 みどりの日 閉所	5 こどもの日 閉所	6 振替休日 閉所	7 おしゃべり会 食事会 『チヂミ・ 焼きそば』	8 職員会議のため 11:00 開所	9 いっぽの会	10
11 閉所	12 閉所	13 女子会 11:00 開所	14	15 雪国植物園 閉所	16	17
18 閉所	19 閉所	20	21 ヨガ	22	23	24 食事会 『カレーライス』
25 閉所	26 閉所	27	28 お茶会	29	30	31

・手芸クラブは5/1 10:00~12:00、初心者大歓迎。申し込み不要。

・おしゃべり会は5/7 10:30~、7月の予定を話し合います。

・食事会 5/7 『チヂミ・焼きそば』です。定員12名 参加費¥200

5/24 『カレー・揚げ物トッピング』です。定員12名 参加費¥200

※キャンセルは前日まで、それ以降は参加費をいただきます。

・いっぽの会は5/9 13:30~、ピアサポートグループの茶話会をします。申し込み不要。

グループトークのテーマは『ほほえみ号について/やめたくてもやめられない解消法』です。

・女子会は5/13 10:00~11:00、女性限定の茶話会を行います。申し込み不要。

お気軽にご参加下さい。

・『雪国植物園 散策』 5/15 詳細は掲示板をご確認下さい。 要申込

ふぁーれ | 日閉所

・ヨガは5/21 10:30~11:30、講師を招いて行います。動きやすい服装で!

持ち物: 飲み物、汗拭きタオル、バスタオル

・お茶会は5/28 13:30~15:00頃、茶道をして和の心を学びましょう。参加費¥100 要申込

※キャンセルは前日まで、それ以降は参加費をいただきます