

梅雨も明け、高温の日々が続きますね。夜間も気温が下がらない日もあり、体調の管理が難しい日々が続いています。休息を十分にとりつつ、エアコンを上手に使いながら暑い夏を乗り切りましょう！

8月もふぁーれでは、かき氷や納涼会があります。みなさんがいらっしゃるのを、お待ちしております♪

【お知らせ】

- ◆7/31(木) 職員会議のため、11:00開所いたします。
- ◆8/2(土) 長岡花火のため、12:30閉所いたします。
- ◆8/13(水)～8/15(木) お盆休みのため、閉所いたします。
- ◆8/30(土) かき氷 15食限定



☆いっぽの会

『寺泊・出雲崎に行こう！』☆

ピアサポートグループ いっぽの会でほほえみ号を借り、寺泊・出雲崎へ行きました。

ラーメンやソフトクリームを食べたり、お土産を買って楽しんでいたようです。



☆食事会『手作り餃子』☆

今月の食事会は参加者全員で餃子の皮を包みました。初めての人もいましたが、皆さん上手に包んでいました。一人前10個でお腹もいっぱいになり、とても美味しかったです！



☆夕食会『麻婆丼』☆

7月は年に1回ある夕食会を行いました。ひき肉とにらが多めの麻婆丼は利用者さんから、「美味しかったよ～!」という声が聞かれました♪





8月活動予定



日	月	火	水	木	金	土
					1	2 長岡祭りの為 12:30 閉所
3 閉所	4 閉所	5	6 おしゃべり会 食事会 『焼きそば』	7 手芸クラブ	8 いっぽの会	9
10 閉所	11 閉所	12 女子会 11:00 開所	13 閉所	14 閉所	15 閉所	16 学習会
17 閉所	18 閉所	19	20 ヨガ	21 職員会議のため 13:00 閉所	22	23 納涼会 準備のため、 12:00 開所 納涼会 14 時～
24 閉所	25 閉所	26	27	28	29	30 かき氷
31 閉所						

- ・おしゃべり会は8/6 10:30～、9月の予定を話し合います。
- ・食事会は8/6 『焼きそば』 定員 12 名 参加費 ¥200 **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。
- ・手芸クラブは8/7 10:00～12:00 初心者大歓迎 申し込み不要。
- ・いっぽの会は8/8 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。
グループトークテーマは『あなたは他人軸で生きているか、自分軸で生きているか』です。
- ・女子会は8/12 10:00～11:00、女性限定の茶話会を行います。申し込み不要。
お気軽にご参加ください。
- ・学習会は8/16 14:00～15:30、原澤さんと皆さんと、テーマを決めて話し合います。
- ・ヨガは8/20 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



- ・納涼会は8/23、準備の為 12 時開所です。

納涼会スタート 14 時～



- ・いっぽの会『暑気払いをしよう！』 8/29 **要申込** 詳細はふぁーれ掲示板にて掲載。
たくさん食べて飲んで、盛り上がりましょう！



- ・かき氷は8/30、15 食限定。