

# 10月号

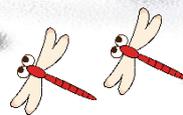


# ニュースレター

NPO 法人希望の会福祉会 地域活動支援センターふぁーれ

〒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 ふぁーれ

日の出時刻が遅くなり吹き抜ける風の涼しさに、秋の深まりを少しずつ感じる季節となりました。ご自身の体調に合わせて、ふぁーれの行事やオープンスペースにいらっしゃるのをお待ちしております。

### ☆カキ氷

8/30、9/6にカキ氷を販売いたしました！  
メロン、イチゴ、ブドウの3種類に餡子をトッピング。残暑厳しい日に大好評でした♪



### 【11月の予定】

◆11/5(水)

リカバリーストーリー発表会

※PM 閉所ですがオンラインにて視聴できます。

### ☆お知らせ

10月からコーヒーとお茶代を値上げさせていただきます。



### ☆食事会

#### 『夏野菜カレー』

9月の食事会はズッキーニとナスが入った夏野菜たっぷりのカレーライスを作りました。野菜が苦手な人からも「美味しかった、これなら食べれる」というお声が聞かれました！





# 10月活動予定



日	月	火	水	木	金	土
			1 おしゃべり会 食事会 『炊き込みご飯』	2 手芸クラブ	3	4 学習会
5 閉所	6 閉所	7	8	9 職員会議の為 <u>11:00 開所</u>	10 いっぽの会	11
12 閉所	13 スポーツの日 閉所	14 10:00~ 女子会 <u>11:00 開所</u>	15 ヨガ	16	17	18 働くことを 語る会
19 閉所	20 閉所	21	22	23	24	25 焼肉大会
26 閉所	27 閉所	28	29	30 レク 『ゆず庵に行こう』	31	

- ・おしゃべり会は10/1 10:30~、11月の予定を話し会います。
- ・食事会は10/1 『炊き込みご飯』です。定員12名 参加費¥200 要申込  
前日までに連絡なくキャンセルされた場合、参加費をいただきます。
- ・手芸クラブは10/2 10:00~12:00 初心者大歓迎 申し込み不要。
- ・学習会は10/4 14:00~15:30、原澤さんと皆さんとで、テーマを決めて話し合います。
- ・いっぽの会は10/10 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『感情のコントロール』です。
- ・女子会は10/14 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。
- ・ヨガは10/15 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
- ・働くことを語る会は10/18 14:00~15:00、  
働いている方、これから働きたいと思っている方のおしゃべり会です。
- ・焼肉大会は10/25です。定員16名 参加費¥700 要申込  
前日までに連絡なくキャンセルされた場合、参加費をいただきます。

