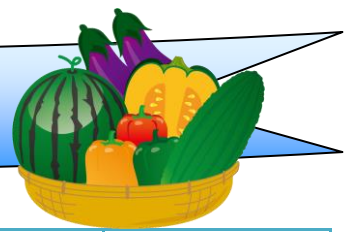




# 7月日程表



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4 美活サークル 14時	5 心理面談	6 昼食会 11時	7
8	9	10	11 いえろ～ さあく 10時15分	12 ママ会 13時 心理面談 <b>15時閉館</b>	13 Aki's プログラム 10時半	14
15	16	17 昼食会 11時	18	19 心理面談	20	21 茶話会 14時
22	23	24	25 昼食会 11時	26 心理面談 つぼみ一ず 13時半	27 スポーツ 14時	28 就労ピア <b>12時閉館</b>
29	30	31 カラオケ 14時				

## プログラム内容

- ・ **昼食会**・・・参加者でメニューを決めて買い出しと調理を、みんなで楽しみながら行います。
- ・ **茶話会**・・・職員からのお知らせや利用者さんから行いたいプログラムの希望などの意見を お菓子をつまみながら座談会形式で話し合います。
- ・ **つぼみ一ず**・・・花屋で買った花を活ける園芸のプログラムです。
- ・ **カラオケ**・・・カラオケボックスに出かけて歌を歌ってストレス解消しましょう！
- ・ **就労ピア**・・・就労に興味のある方が、仕事に関して考えていることや疑問などを話し合います。仕事に関することで気になることがあればお話ししてみませんか？
- ・ **いえろ～さあく**・・・テイケアの職員さんが出張で毎月様々なプログラムを行ってくれます。今回は「自分を知らう」というプログラムを行う予定です。
- ・ **心理面談**・・・木曜日に臨床心理士の先生が心理カウンセリングを行ってくれます。興味のある方は職員にお尋ねください。
- ・ **美活サークル**・・・運動などを通して内面からも外見からも美しくなるための自分磨きサークルです。今回はカーヴィーダンスをした後にハーフトイーを飲みます♪
- ・ **スポーツ**・・・体育館を借りて、バレーボールや卓球など様々なスポーツを行っています。
- ・ **ママ会**・・・子育てに奮闘している方向士でお茶を飲みながら気軽にお話する会です。
- ・ **Aki'sプログラム**・・・暮らしを豊かにする空間づくりのフロ講師が、毎回異なる内容でモノづくりのレッスンをしてくれます。今回は「ステキな紙でうちわ作り」になります！どんどん暑くなるこの季節にピッタリですね♪

# つぼみだより 平成30年7月

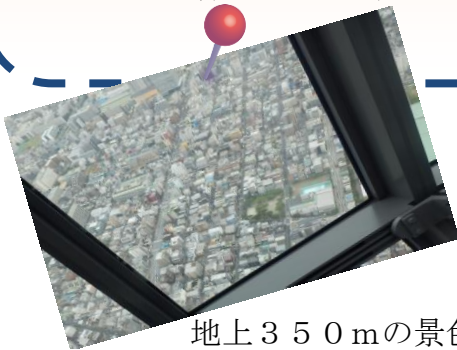
## 今月からつぼみだよりはA4サイズになりました♪

5月にスカイツリーとすみだ水族館に行ってきました！高さ350mと450mの景観を見てきました。曇っていたので富士山は見えなかったですが日本一高い建物の絶景を味わってきました。

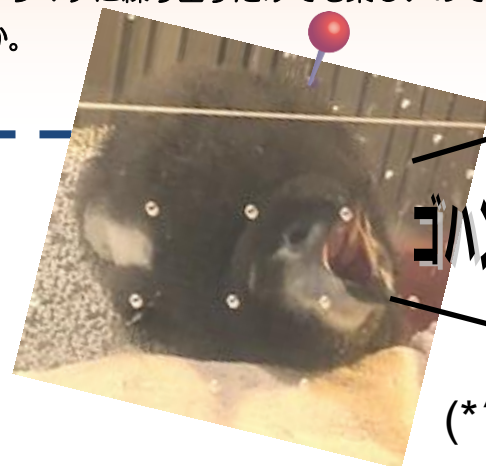
下記の写真はスカイツリーからの景色とすみだ水族館の赤ちゃんペンギンです。赤ちゃんペンギンの名前も募集していたので来館して考えてみてはいかがでしょうか？

スカイツリーはイベントやおみやげ屋も多いのでソラマチに繰り出すだけでも楽しいので、みなさんも機会があれば是非とも行ってみたいはいかがでしょうか。

(鈴木)



地上350mの景色  
((( ; °Д° )))タ、効イ



ゴハン!ゴハン!

(\*ゝ\*)キュン♡

みなさんは七夕の日、短冊に願いを書いたことはありますか？七夕で願い事の内容によって短冊の色を変えると願いが叶いやすくなるということがあるそうです。今回はそのことについてご紹介したいと思います。中国から伝わった七夕では短冊が5色あり、それぞれ意味合いがあるそうです。

- ① 赤…「家族が元気でいられますように」等のありがたい気持ちを込めた願いが良い
- ② 青…「～の資格が取れるようにしたい」等の成長したい気持ちを込めた願いが良い
- ③ 黄…「友達がたくさんできますように」等の人間関係に関する願いが良い
- ④ 白…「毎日、元気に学校に行けますように」等のルールを守るような願いが良い
- ⑤ 黒…「大学に受かりますように」等の学業に関する願いが良い

※日本では「黒」は縁起が悪いということで「紫」を用いることが多いとのこと

みなさんも願いを書く際には意識してみてくださいませ♪

(鈴木)