

# 3月の予定表❖

日	月	火	水	木	金	土
	1 休館日	2	3	4	5 ストレッチ 13:30~	6
7	8 休館日	9	10	11	12	13
14	15 休館日	16	17	18	19	20 休館日 春分の日
21 休館日 市長選挙	22 休館日	23	24	25	26 ストレッチ 10:30~	27
28 休館日 定期清掃	29 休館日	30	31			

- ・3/20（土）は祝日のため休館日です。
- ・3/21（日）は市長選挙の投票所になるため、市民総合センターが休館となります。
- ・3/28（日）は定期清掃のため休館日です。
- ・ストレッチは定員5名です。予約不要です。

他事業所の当事者セミナー参加のため、16日~19日の間でPCを使用する時間帯があります。ご了承下さい

地域活動支援センター

## お伊勢の森通信

2021年3月223号

発行：医療法人社団円祐会地域活動支援センターお伊勢の森  
 武蔵村山市 学園4-5-1 市民総合センター2F  
 TEL：042-567-7256  
 FAX：042-567-7259

### 春分の日 3/20

春分の日は季節の移り変わりをより適確につかむために設けられた特別な曆です。昼と夜の長さが等しくなる日とされています。春分の日には牡丹餅を食べますが、牡丹餅とお萩は全く同じ食べ物です。春分に供える牡丹餅は春に咲く牡丹に見立てて、秋分に供えるお萩は秋に咲く萩に見立てているといわれています。



4

### 開所時間(オープンスペース)【緊急事態宣言下】

火曜~金曜(10:00~18:00)

土曜・日曜(10:00~18:00)

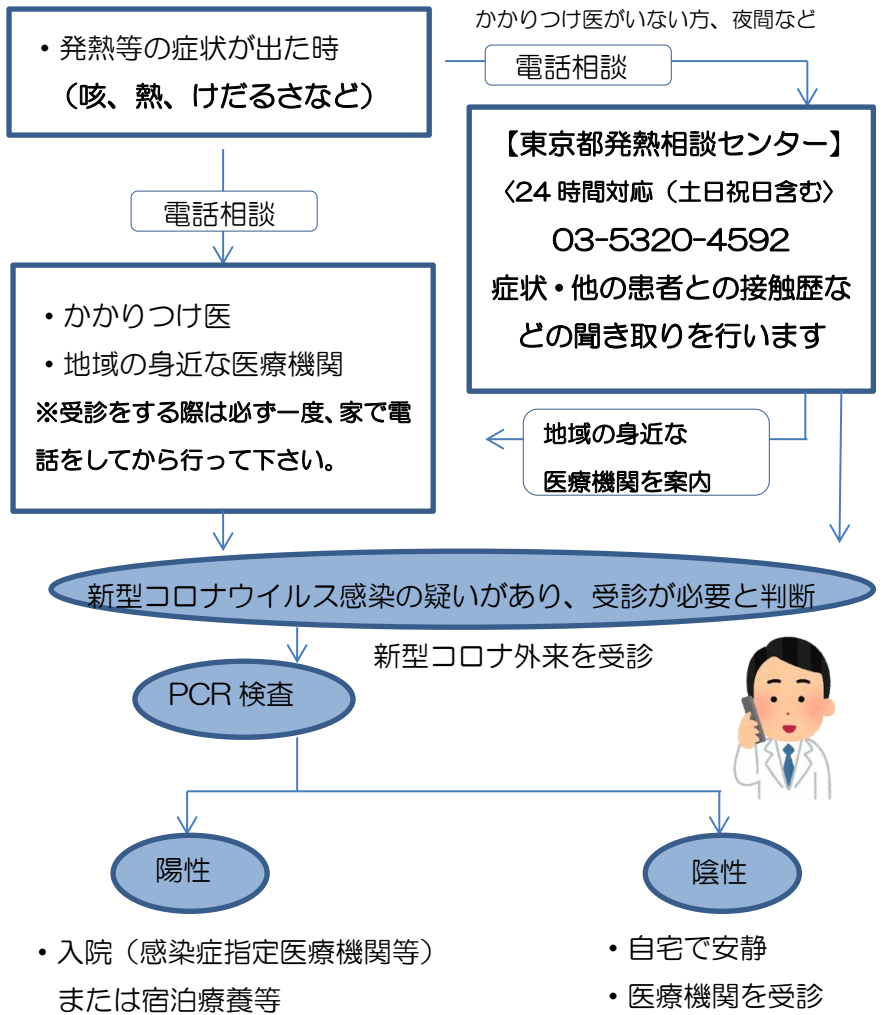
### 相談受付時間(面接・電話相談)

火曜~金曜(10:00~18:00)

土曜・日曜(14:00~18:00)

休館日 月曜日・祝祭日・市民総合センター休館日

## 新型コロナウイルス感染症が心配なとき



不安に思う方は……

- ・【新型コロナコールセンター】  
0570-550571 〈午前 9 時～午後 10 時 (土日祝日含む)〉
- ・【武蔵村山市健康福祉部新型コロナウイルス感染症対策室】  
042-565-9315 〈午前 8 時 30 分～正午、13 時～17 時 15 分  
分からない点があれば、お伊勢の森まで! (土日祝日は除く)〉

## オープンスペースに関するお知らせ

3月末日にオープンスペースの食器棚にあるコップの整理を行います。コップをこれからも置かれる方は名前を記入して頂き、職員にお声かけ下さい。また、不要なカップを置かれている方は3月中にお持ち帰り下さい。  
※整理したコップは4月まで別途保管しますのでコップが見当たらない方は職員まで

## ストレッチ 2/5、2/16

今月もごんまりとですが開催いたしました。体操すると贅肉がついたのがわかるねーと話しながら、笑顔で行いました。普段まったく運動しない方でも無理せず行える体操をしていますので皆さんどうぞ!



お伊勢の森の絵画作品  
katsunoriの作品 「春はごんまり」

## 投稿作品募集中!

お伊勢の森通信では投稿作品を募集しています。作品や絵、自作の詩などどのようなものでもお待ちしております。  
何かありましたら職員までご相談下さいね(#^^#)