

12月の予定表・

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5 休館日 年末特別清掃	6	7	8	9	10	11
12 休館日 設備点検	13	14	15 忘年会 中止 オープン スペース 通常開館	16	17 ストレッチ 13:30~	18
19	20	21	22	23	24 大掃除 年越しそば 10:30~ オープンス ペース 12:00~ →13:00	25
26	27	28 ストレッチ 13:30~	29 休館日 ←	30 休館日	31 休館日	

- ・12/5(日) 年末特別清掃の為、12/12(日) 設備点検の為、休館になります。年末年始休館は12/29(水)~1/3(月)です
- ・15日、24日はオープンスペース開館時間が変更になりました。

2021. 12. 5更新

地域活動支援センター

お伊勢の森通信

2021年12月23日号

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

12/8 針供養

これは日本の年中行事「事八日」に行なわれます。事八日は神事や祭事であることから神様を迎えるために何もしない日とされました。「針仕事を休みましょう」と考えられたためにこの日に針供養をするようになったそうです。これまで硬い生地を刺してきた針に感謝を込めて豆腐等にさして供養します。

開所時間(オープンスペース)

火曜~金曜(10:00~20:00) 10/5(火)~

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

面接15分以内(コロナ感染対策)、電話相談10分以内(より多くの方にご利用いただくため)とさせていただきます。ご協力お願いいたします。

11/27 ランチサービス

今月、お伊勢の森では初めてランチサービスを開催しました。料金は250円とリーズナブルにボリュームのあるお食事を提供することができました。参加者からは、「美味しかった」「辛さがちょうどよかった」「久々に食事プログラムに参加できてよかった」といった感想が聞かれました。コロナの感染拡大が始まってから、なかなか食事を提供するプログラムができませんでしたが、今回皆さんの協力もあり、開催できました。来年も開催する予定ですので、是非ご参加下さい。

メニュー

- ・麻婆豆腐
- ・卵スープ
- ・もやしとキュウリとハムのナムル
- ・ライス
- ・リンゴ
- ・コーヒー



11/11・11/30 ストレッチ



11月は、お日さまが出てお天気がいい日が多かった印象です。しかし暖房を入れないとさすがに寒い日々になりました！

今月も2回、行うことができました。かなりひさしぶりに参加して下さったメンバーさんもいて、賑やかに行うことができました。

ストレッチは室内でできる運動なので、寒さでおうちに縮こまっている方もお散歩がてらどうぞいらしゃってくださいね。

11/7 たまこヒルズ秋期テニス大会

11/7(日)にたまこヒルズでテニス大会を行いました。メンバー、職員、先生合わせて40名ほど参加しました。天気は日陰は少し寒かったですが、程よい秋晴れでした。お伊勢の森チームも勝利目指してがんばりました！

大会後はたまこヒルズの庭でみんなでカレーライスを食べました。外で食べるカレーは一味違い、とても美味しかったです。テニスを頑張ったから余計にそう感じたのかもしれませんが(#^_^#)次回も開催されると思いますので、今回参加できなかった方はぜひ参加してみてください。



	A	B	C	D	勝敗・順位
A		○	○	X	>1位
B	X		○	X	>2位
C	X	X		○	>3位
D	○	○	X		>4位



年末の開所についてのお知らせ

12/29(水)～1/3(月)まではお伊勢の森はお休みとなります。

※上記の期間は市民総合センター自体が閉館しますので、館内に入ることができません。ご了承ください。