

2月の予定表

日	月	火	水	木	金	土
			1	2 たまこテニス 10:00~	3 ストレッチ 10:30~	4
5	6 休館日	7	8	9 昼食作り 10:30~	10	11 休館日
12	13 休館日	14 ストレッチ 13:30~	15 ディナーサ ービス 17:30~	16	17 ストレッチ 10:30~ みんなで唄 おう 14:00~	18
19	20 休館日	21	22 たまこテニ ス 10:00~ たまこ就労 プログラム 16:30~	23 たまこ生活プロ グラム 10:30~	24 粘土プログ ラム 10:30~	25
26 休館日 (設備点 検)	27 休館日	28 ストレッチ 13:30~				

- ・2/11(土)は祝日のため休館です。
- ・2/26(日)は市民総合センターの設備点検のため休館です。
- ・ディナーサービスの申し込みは前日の12:00までです。

武蔵村山市地域活動支援センター

お伊勢の森通信

2017年2月174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



お伊勢の森が指定管理者に指定されました

既に広報等でご存知の方も多いかと思いますが、昨年の12月の議会で議決され、お伊勢の森が29年度から指定管理者に指定されました。

お伊勢の森が市民総合センターに移ったのが4年前。それまでの場所の耐震補強工事のためという仮移転でしたが、今の場所で行なうことが正式に決まった、ということになります。

職員一同、今後も変わらず、また気持ちを新たにして業務に励んでまいります。よろしくお願い申し上げます。



開所時間(オープンスペース)

火曜～金曜(10:00～20:00)

土曜・日曜(10:00～18:00)

休館日 月曜日・祝祭日

※面接・電話相談は平日(月曜～金曜)10:00～18:00
のみ行なっております。

1/15 餅つき

たまこヒルズで行われた恒例の餅つき大会に、お伊勢の森のメンバーも参加してきました。参加者みんなで協力して、杵と臼で餅をついたり、試行錯誤しながら味付けをしているうちに、お腹はぺこぺこに…。

ちなみに味付けは、定番のきな粉やあんこの

ほか、ごま、キムチ、

ずんだ、納豆など変わりダネも作りました。つきたてのお餅はびっくりするくらい美味しく、あっという間に完食となりました。具沢山のお雑煮も好評で、お腹いっぱいになりました。



1/13 粘土 PG

今回のテーマは「手」。

今年、手に掴みたいものは何ですか？と聞くと参加者からは「夢」「お金」「健康」「自由」などさまざまな答えが返ってきました。



頭にイメージが

わいたら、今度は自分の手を見ながら造形していきます。力強く握った手、何かを掴もうと開いた手、ピースした手など、それぞれの思いがこもった作品が出来上がりました。



1/20 みんなで唄おう

今回は少人数でしたが、それぞれ好きな曲を存分に唄うことができました。「若かりし頃の歌が歌えてよかった」「唄い出しがちょっと難しかった」等の感想が聞かれました。

- 1 涙のリクエスト
- 2 旅立ち
- 3 サボテンの花
- 4 サザンウインド



- 5 やさしさに包まれたなら
- 6 ルビーの指輪
- 7 なごり雪

1/18 デイナーサービス

メニュー：鮭の粕汁、豆腐サラダ、ご飯、お汁粉



本格的に寒くなってきた1月のディナーは、身も心もぽかぽかに温まる粕汁です♪鮭のほか、大根や里芋、ネギなど旬の野菜もたっぷり入れました。サラダはひと工夫して豆腐サラダに。干しブドウやくるみも乗せて、体が温まるように生姜ドレッシングをかけました。デザートにはお汁粉に鏡餅と、冬の味覚が楽しめるメニューとなり、「おいしかった」と好評でした。

1/19・25 初心者テニス

月に2回行っている初心者向けテニスプログラム。1月は天気にも恵まれ、気持ちの良い運動ができました。プログラムは1時間程度で、初めての方も参加しやすい内容となっています。寒い時期こそ、スポーツで体を温めませんか？皆様のご参加をお待ちしています。