

9月の予定表

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

- 9/23(木)は祝日で秋分の日のため、9/26(日)は定期清掃のため休館です。
- 開所時間は緊急事態宣言中の当面の間、平日は18時までです。
- 今月のみんなで動こうはコロナウイルス感染拡大のため中止になりました。
- 例年開催されていたバーベキュー・福祉祭りは中止になりました。

地域活動支援センター

お伊勢の森通信

2021年9月228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

防災の日9/1

1923年9月1日に関東大震災が起き、59年に伊勢湾台風が起きたことにより、防災の日が制定されました。どちらの災害も被害は大きく、想像を絶する被害者が出ました。災害はいつ起こるか分かりません。私たちは日頃の防災を見直し、避難する為のリュックや何か起きた際の避難ルート等を見直すいい機会かもしれませんね。



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)【当面の間】

土曜・日曜(10:00～18:00)

相談受付時間(面接・電話相談)

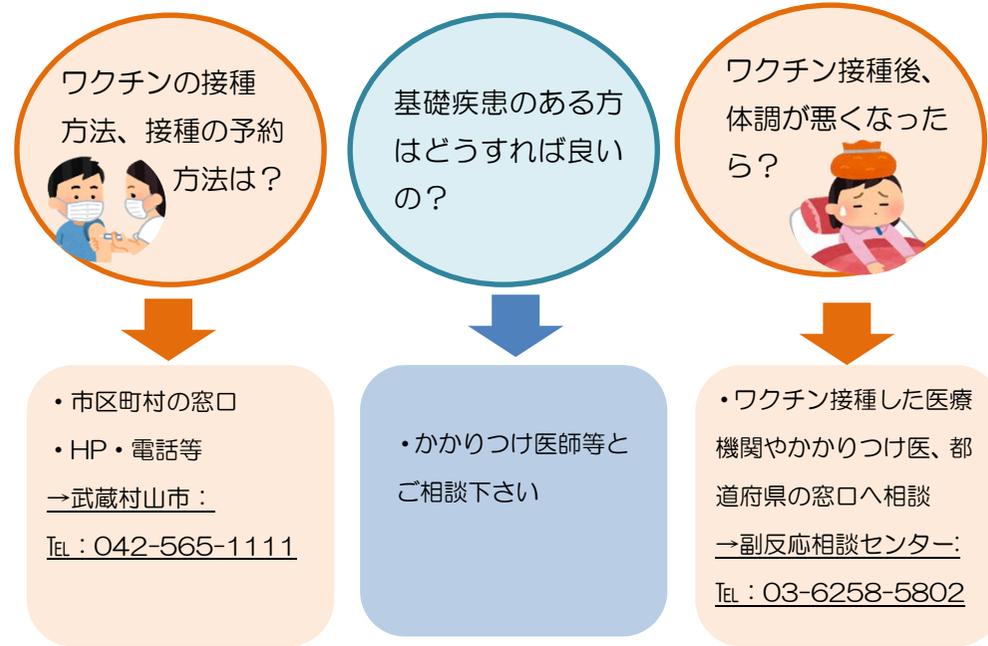
火曜～金曜(10:00～18:00)

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

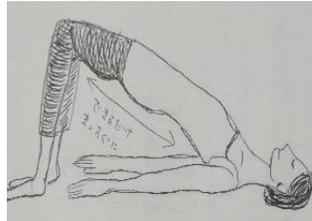
コロナワクチンについて

武蔵村山市や他市でも 65 歳以下のワクチン接種が始まっています。ワクチン接種後は接種部位に痛みが出たり、倦怠感、発熱、頭痛、関節痛など起きることがあります。翌日に無理に予定を入れない等の調整が必要かもしれません。また、厚生労働省のHP ではワクチンを受けるまでの説明等と動画やコラムで紹介しています。そちらも分かりやすく、おススメです！



ストレッチ 8/17、8/26

今年の8月は急に涼しくなったと思えば、また猛烈な暑さが戻ってきたりと変化が大きく、むしむしして、身体にも負担が大きい8月でしたね。そんな中でしたが、ストレッチには参加者が集まって開催することができました。オリンピック、パラリンピック開催中でしたがみなさんは観戦を楽しまれたでしょうか？



8月のストレッチ 下がった腸を戻す。お腹の調子を良くする体操です。

「福祉のつどい」についてお知らせ

例年、秋頃に開催していた福祉祭りが中止になったため、今年は参加事業所の各所在地にて「福祉のつどい」が10/3（日）10:00～14:00に開催されます。お伊勢の森では、メンバーの作品の展示・市民に向けた職員によるメンタルヘルス相談・催し物などを行う予定です。

つきましては、展示のため、メンバーの作品を募集致します。ご自身で書いた詩や絵画、小物などをお持ちください。お待ちしております。

質問などありましたら、来所された際や、お電話にて職員までお問い合わせ下さい！



メンバー作品



タイトル：夏の花

作者：ラザロー

夏らしい向日葵ですね。このパステルの作品を見ると、夏が終わってしまうんだな…と寂しくなりますね