

7月の予定表



日	月	火	水	木	金	土
		1 ストレッチ 13時30分～	2 ラジオ 体操	3 脳トレ	4	5
6 休館日 定期清掃	7 休館日	8	9 ラジオ 体操	10 脳トレ	11	12 そうめん祭り 12時集合
13	14 休館日	15	16 ラジオ 体操	17 脳トレ	18	19 スマホ・インター ネットセミナー 11時～
20 休館日 参議院 選挙	21 休館日 海の日	22	23 ラジオ 体操	24 粘土 10時15分～ 脳トレ	25 パステル アート 10時30分～ ストレッチ 13時30分～	26 みんなで唄おう 14時～
27 休館日 選挙 (予備日)	28 休館日	29	30 ラジオ 体操	31 脳トレ		

- ・6日（日）定期清掃のため、20日（日）は参議院選挙のため、27日は選挙予備日のため休館です。
- ・12日（土）のそうめん祭りは予約制です。10日までに職員にお知らせください。

7/1（火）よりコロナ感染拡大の収束と熱中症予防の観点から、お伊勢の森でのマスク着用は個人の判断でお願いすることといたします。

※職員も含め、個々の判断となりますが、状況に応じて着用をお願いする場合もございます。ご理解ご協力のほどよろしくお願いいたします。

地域活動支援センター

お伊勢の森通信

2025年7月274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



文月（ふみづき）

7月のよく知られた異名として「文月（ふみづき）」があります。稲穂の様子や昔の行事が語源になった説があります。稲穂が実る頃という意味の「穂含月（ほふみづき）」が転じて文月になった説、七夕に書物を干す行事があり、書物（文）を（披く）という意味から「文披月（ふみひろげづき）」と呼ばれるようになり、それが「文月」になった説もあります。

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）

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

面接は15分以内、電話相談は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。ご協力をお願いいたします。

粘土 6/5 (木)

6月といえば「梅雨」「雨」ということで今回は「雨の音」をテーマに行いました。雨を擬音で表現するとどうでしょうか？



白いがばんの上に平面的に粘土で装飾をしました。粘土をちぎって雨の形にしたり、雨の日になんだ動物を作っている方もいました。

手で粘土をちぎって触覚を楽しみました。

そうめん祭り



今年は6月の中頃から既に暑さを感じますが、本格的な夏の気温になった今月、皆さんに「涼」を感じてもらえればと思い、開催します！

○日時： 7/12 (土) 12:00～ 1階ロビー集合

○参加費：300円



俳句コーナー NEW



季節にあった俳句・絵が描けるコーナーを設ける企画がスタートしました希望者は職員にお声かけ下さい！

来月は
七夕です！

夏の体調に気を付けよう

7月～9月末にかけて35℃以上の猛暑日が続きます。高温多湿の環境では体温調節がうまくできなくなることで熱中症になってしまいます。

熱中症予防のポイント

- こまめに水分補給（できれば塩分も）
- 通気性の良い服装、日傘や帽子を有効活用
- 涼しい場所で休む（直射日光を避けて涼しい場所で休憩）



クーリングシェルター（指定暑熱避難施設）

武蔵村山市では熱中症対策でクーリングシェルターを開設していますぜひご活用下さい。

※市民総合センターも実施場所となっています。

○実施期間、時間

6/1 (日) ～9/30 (火)

午前9時30分～午後4時30分

※詳細は市のホームページをご確認下さい。施設によっては開館日が変わる場合もあります。合わせてご確認ください。

