

12月の予定表

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 障害者週間	3 ラジオ 体操	4 脳トレ クレイアート 10:15～	5	6 忘年会 12:00～ (オープンス ペースは 15 時開館)
7	8 休館日	9 ストレッチ 13:30～ パステルア ート15:00～	10 ラジオ 体操	11 脳トレ	12	13 みんなで唄お う 14:00～
14	15 休館日	16	17 ラジオ 体操	18 脳トレ	19 スマホインター ネットセミナー ① 10:00～ ② 11:00～	20 大掃除 10:00～
21 休館日 給排気口点検	22 休館日	23 ストレッチ 13:30～	24 ラジオ 体操	25 脳トレ	26	27
28 テニス練習会 13:30～	29	30	31	1	2	3
年末年始お休み 12/29～1/3						

- ・ストレッチは事前に予約をお願いします。
- ・21日(日)は給排気口点検のため休館になります。
- ・忘年会は事前予約制です。締め切りは4日(木)12時になります。
- ・年末年始の休館日は12/29(月)～1/3(土)になります。年始は1/4(日)になります。
- ・障害者週間作品展示会は12/1(月)～12/13(土)から市民総合センター1階ロビーにて行います。

※お伊勢の森の展示は12/2(火)からスタートとなります。

※12/7(日)はロビーで他団体の活動がある為、ご覧いただけない可能性があります。

地域活動支援センター

お伊勢の森通信

2025年12月279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

冬至 (12月22日頃)

二十四節気の一つで、北半球において一年で最も昼の時間が短く、夜が長くなる日です。例年12月22日前後にあたりますが、正確な日付は年によって異なります。



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。ご協力お願いいたします。

忘年会のお知らせ

12月6日(土) 12時～
1階ロビー集合 参加費 800円

今年も開催します！職員の手作りランチ＆ケーキを食べて、皆でゲームをして楽しみましょう！希望の方は12/4(木)12時までに職員にお知らせ下さい



芋煮会 11/22(土)

今年もさいかち公園で職員特製の芋煮を作ってみなで食べました(^_^♪寒い季節に入ってきていますが、お日様が出ており、日向はぽかぽかでした。



具材はお伊勢の森オリジナルチョイスの「さといも、ごぼう、にんじん、さつまいも、おあげ、ねぎ、こんにゃく」でした。「芋」煮なので今回の主役は里芋！とろとろになるまで煮込みました。他にも、さんまの塩焼き、デザート of 柿、わかめごはんおにぎり、のりにぎりを用意しました！こちらは皆さんにラップで握って頂きました😊

みんなで温かいお食事をとることができて、寒い冬を乗り切ることができそうです

年末恒例 大掃除の お知らせ



日時 12/20(土) 10時～ オープンスペース集合

お伊勢の森では毎年、職員とメンバーさんの力を合わせてオープンスペースをきれいにしています。参加して下さる方にはささやかなお楽しみを用意してお待ちしてます！ご希望の方は職員までお願いします。



年 末 年 始 の休館日



平素は格別のお引き立てを頂き、厚くお礼申し上げます。
以下の期間は休館とさせていただきます。

12/29(月) ▶ 1/3(土)

※上記の期間は市民総合センターが閉館のため、館内への立ち入りができませんのでご注意ください。