

ほっかほっかだよ

令和4年8月号

五泉市障害者地域活動支援センターあさひの家

〒959-1862 五泉市旭町8-43

TEL 0250-41-1510 FAX 0250-41-1511

E-mail : asahinoie@festa

冷やしたスイカがおいしい季節です。お元気でお過ごしでしょうか。

熱中症を防ぐためには水分補給が第一です！スイカは水分が90%以上と非常に豊富。そして、マグネシウム等のミネラルも含まれているので、微量の食塩を加えるとスポーツドリンクと同じ効果が期待できます！また、血流状態を改善してくれるシトルリンというアミノ酸が含まれているため、手足のむくみの改善にも効果的なんです。最後に「朝スイカ」を、おススメしたいです。脳が睡眠中に消費したブドウ糖を手軽に補給できるので、朝から頭をしゃっきりさせるのに一役買ってくれますよ！



【フリースペース村松】

涼しげなビジュバレッタを作りませんか。

日時：8月4日(木) 10:00~11:00

場所：村松保健センター

参加費：300円

※切：8月2日(火)



【シアターデー】

踊る大捜査線 THE MOVIE 湾岸署史上最悪の3日間!

日時：8月26日(金) 13:00~15:30

参加費：300円 場所：総合会館



小さな夏祭り 開催決定!!

8/16(火) 世界にひとつだけのうちわ作り(手工芸クラブ)

時間：14:00~15:00 参加費：300円 ※切8/13(土)

8/20(土) センター長が焼く! フランクフルト

時間：11:40~16:00 参加費：50円 (もぐもぐデー②)

8/23(火) 世界にひとつだけの風鈴作り(女性サロン)

※今回男性も参加可

時間：14:00~15:00 参加費：300円 ※切8/20(土)

【もぐもぐデー①：お盆特別メニュー】

お盆とは、ご先祖さまの霊をまつり、お迎えして感謝の気持ちを伝える日です。

おはぎ…五穀豊穡の願いを

盆汁…三重県のお盆の伝統料理

日時：8月13日(土) 11:40~16:00

場所：あさひの家

参加費：100円



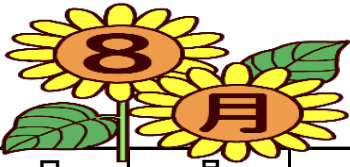
7月利用者の集い報告

- 8月のお盆休みは8/14(日)~8/15(月)です。
- 今年度の「なないろふえすた」は新型コロナウイルス感染症の影響にて中止となります。
- 感染状況をみながら、7月よりもぐもぐデー再開します。
- 8月かき氷サービスデーはたよりにてご確認ください。
- 先月ご要望がありました、本を購入しました。
- 手洗いうがい、消毒、マスクの着用の徹底。県外往来、接触の際は相談してください。
- 自身、家族、身近な方でPCR検査を受けられたなどありましたら、来所のご相談をお願いします。
- 食事の際は、黙食にご協力をお願いします。食べている方に声をかけるのもお控えください。
- 「ミニ夏祭り(仮)」を計画しています。(8月) やってみたいことは?
- 【希望】プレゼントつり 【夏祭りといえば】盆踊り というご意見をいただきました。

8月の利用者の集いは…

8月6日(土) 11:00~11:40です。ご参加お待ちしております。





地域活動支援センターあさひの家



日	月	火	水	木	金	土
31 お休み	1 お休み	2 11:50~12:20 ま〜まゝカフェ販売 FS村松 ✕切	3	4 10:00~11:00 フリースペース村松	5	6 かき氷サービスデー
7 お休み	8 お休み	9 紅茶週間	10 かき氷サービスデー	11 山の日 お休み	12 サービスデー	13 11:40~ もぐもぐデー① 手工芸クラブ ✕切
14 お盆休み	15 お盆休み	16 14:00~15:00 手工芸クラブ ココア週間	17	18	19 かき氷サービスデー	20 11:00~ 利用者の集い 11:40~ もぐもぐデー② 女性サロン ✕切
21 お休み	22 お休み	23 10:30~11:30 女性サロン	24 かき氷サービスデー シアターデー ✕切	25 サービスデー	26 13:30~15:30 シアターデー	27
28 お休み	29 お休み	30 かき氷サービスデー	31 感染症の影響により、中止または時間短縮の行事があります。ご迷惑お掛けしますが、ご理解、ご協力をお願いいたします。			

～ 令和4年度 登録更新のお願い ～

あさひの家 地域活動支援センターでは、毎年1回、ご利用についての登録更新の手続きをお願いしております。

※8月いっぱいを目処としておりますので、更新がまだの方はお早めに更新をお願いします。

○持ち物…お薬手帳 ○手続き…利用許可申請書への記入、提出

※事前にお電話いただくと、手続きがスムーズに行えます。

**行事の参加申し込みは、申し込み用紙が同封された方のみとさせていただきます。
申し込みをキャンセルされる場合は電話などでお知らせしていただけるようお願いいたします。**



あさひの家

開館時間：午前9時～午後5時30分

休館日：日・月曜日、祝日、年末年始（12月29日～1月3日）、8月14～15日