

みらい 6月の予定表



日	月	火	水	木	金	土
<p>【多目的室・静養室の利用につきまして】 ※コロナウィルスの影響を考慮し、当面、多目的室の利用は一人ずつでの利用をお願いいたします。尚、静養室の利用はご遠慮くださいますようお願い申し上げます。 【マスク着用のお願い】 ※皆さんの健康を守るため、大切な人に感染させないため、みらい内でのマスク着用をよろしくお願いいたします。</p> <p>※喫煙につきまして・・・南部保健福祉エリア内（駐車場や駐輪場含む）では、幼児や妊婦の方もいらっしゃいますので、喫煙をしないようお願いいたします。喫煙所におきましては、ツインメッセにありますので、そちらのご利用をお願いいたします。</p>						
			<p>1 14:00~ 6月の壁画を作ろう</p>	<p>2 14:00~ ラジオ体操</p>	<p>3 14:00~ ペン習字</p>	<p>4 9:00~12:00 ワックス清掃 上記の時間帯は、清掃業者が入りワックス掛けを行うため、利用を控えて頂くようよろしくお願いいたします。 14:00~親の会</p>
5 休館日	<p>6 10:00~ 職員会議 14:00~ ボードゲーム</p>	<p>7 14:00~ リラックスヨガ ※予約先着4名</p>	<p>8 14:00~15:00 楽しい絵手紙</p>	<p>9 14:00~ 園芸</p> <p>帽子、水分持参ください。 雨天中止</p>	<p>10 13:00~15:00 アルコール依存相談 (事前予約制)</p>	<p>11 14:00~15:30 りぼんの会(re-born) ※摂食障害本人の会となります。</p>
12 休館日	<p>13 14:00~ 自分のトリセツを作ろう</p> <p>不調のサインを整理して、元気になる為のプランを考えます</p>	<p>14 14:00~ 卓球</p> <p>⚠️ 室内用運動靴が必要です ⚠️ 南部体育館の予約状況によっては時間が前後したりできない可能性があります</p>	<p>15 14:00~ スクラッチアート</p>	<p>16 10:00~ 職員会議 14:00~ 周辺散歩</p> <p>雨天決行、荒天中止</p>	<p>17 14:00~ アロマ石鹸を作ろう ※予約先着4名</p>	<p>18 ★14:00~ ジャグリング練習会 (メンバー企画)</p>
19 休館日	<p>20 ★14:00~ 楽しい絵を描こう (メンバー企画)</p>	<p>21 10:00~11:00 のぼんピアタイム</p> <p>※午後 食堂は会議で使用します。</p>	<p>22 14:00~ ラジオ体操</p>	<p>23 14:00~ ボードゲーム</p>	<p>24 14:00~ ポッチャ</p>	<p>25 14:00~ ラジオ体操</p>
26 休館日	<p>27 14:00~ スクラッチアート</p>	<p>28 14:00~ みらいシエスタ ※予約先着4名</p> <p>ストレッチをしたあと、横になって休みます</p>	<p>29 14:00~ 七夕飾りを作ろう</p>	<p>30 14:00~ みらい歌会 ~俳句・川柳・短歌など~</p>		

*予定表に記載なく会議などで食堂を使用し、食堂への入室をご遠慮いただく場合がございます。ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

★マークがついているプログラムはメンバー企画になります！/＊プログラムは都合により急遽変更・中止になることもありますのでご了承ください。



みらいのコーナー



5月にこいのぼり壁画と 藤の花かざりを作りました

4月は手作り桜が咲いていたみらいも、5月はガラッとかわり初夏の雰囲気になってきました。
特にこいのぼりの壁画は、色の並びをかんがえたり、工夫して作成できました～♪



6/4 (土) 9:00~12:00

⚠️ワックス清掃 ⚠️

上記の時間帯は、清掃業者が入りワックスがけを行うため、**利用を控えて頂くよう** よろしくお願いたします。

あじさいの豆知識

あじさいの語源には諸説ありますが、藍色が集まったものを意味する集真藍（あづさあい）がなまったことが有力な語源となっています。また、色が変わることから、七変化や七変草という別名もあります。

一方、西洋あじさいはハイドランジアと呼ばれていて、ラテン語で「水の器」という意味です。他の花に比べて葉の気孔が多く、水がたくさん必要だからだそうです。咲く時期が合えば、今月のプログラム/周辺散歩で見ることができると
思います。花言葉など、他の豆知識も予習してきてくださいね♪



6/13 (月) 14:00~

自分のトリセツを作ろう

毎日を元気で豊かに暮らすために、ストレスが溜まっている状態や、体調が崩れる前に現れる自分のサインを整理します。不調時に元氣になれる、自分の取扱説明書をつくりましょう♪

6/16 (木) 14:00~

周辺散歩

みらい周辺を散策します。うっとりしい梅雨の時期ではありますが、あじさいのお花を探しに行きましょう♪雨天決行、荒天中止です。雨対策をしてご参加下さい。

6/17 (金) 14:00~

アロマ石鹸を作ろう

アロマの精油を使って手作り石鹸を作ります。いい香りに包まれながら、リラックスして楽しみましょう♪ **※予約先着4名**

アルコール依存相談やっています

毎月第2金曜日にアルコールに関する相談を受けつけております。アルコール依存に悩むご本人やそのご家族が対象です。相談は予約制で断酒会の会員がお話を伺います。お気軽にお問合せ下さい。

開催日 6月10日(金)

毎月第2金曜日

静岡市支援センターみらい

静岡市駿河区曲金三丁目1番30号 南部保健福祉センター 3階
電話・FAX 054-285-8870
相談専門電話 054-285-8871

交通 静鉄バス： 県立病院高松線登呂コープタウン行き
「小黒三丁目南部体育館入口」 下車徒歩3分
みなみ線
「小黒二丁目東」 下車徒歩5分

ホームページ：「<https://mirai-shien.net/>」