



平成30年

6月

のプログラム



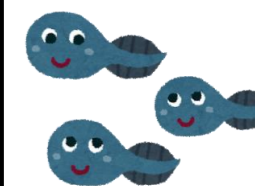
地域活動支援センターあんず TEL: 078-841-7097

日	月	火	水	木	金	土	
					1 10:00~16:00	2 10:00~16:00	
		<p>昼食は各自でご用意ください。 土曜日のカフェの予約は当日13時までです。 * ☆マークのついたプログラムは予約が必要です。 キャンセルや、遅れる場合は必ずご連絡ください。 * ☆マークのついたプログラムは体験中の方にも参加していただくことができます。</p>				<p>☆あんず ミーティング 13:30から</p>	<p>☆おそうじ 10:30から</p> <hr/> <p>☆☆あんずカフェ 14:00から</p>
3	4	5	6	7	8	9	
休み	10:00~16:00 ☆あんず朝活 「かんたん英会話」 10:30から	10:00~16:00 ひらめの家ジャグリング in都賀川沿い公園 13:30から ※サロンも開いています	♡10:00~16:00♡ ☆レディースデー 「お茶会」 13:30から	10:00~16:00 ☆朝DVD 「ザ・マジックアワー」 10:15から	10:00~16:00 ☆外出レク 「兵庫県立美術館 ジブリの大博覧会」 13:00出発 ※サロンも開いています	休み	
	☆朗読の会 13:30から			☆ハンドベル 13:30から			
10	11	12	13	14	15	16	
休み	10:00~16:00 園芸ボランティア (石屋川公園) 10:30から ※雨天荒天時は中止です	10:00~16:00 ☆☆フラワー アレンジメント 13:30から	10:00~16:00 休み	10:00~16:00 ☆あんず朝活 「おとなのお絵かき &折紙」10:30から	10:00~16:00 ☆☆DVD鑑賞 「ステキな金縛り」 13:30から	10:00~16:00 ☆おそうじ 10:30から	
	☆お菓子作り 「杏仁豆腐」 13:30から			都賀川河川安全見守り活 動検証訓練 12:15出発		☆☆あんずカフェ 14:00から	
17	18	19	20	21	22	23	
休み	10:00~16:00 ☆あんず朝活 「かんたん英会話」 10:30から	10:00~16:00 ☆あんず朝活 まわしよみ新聞vol.3 10:30から	10:00~16:00 ☆あんず朝活 「ストレッチ &リラクゼーション」 10:30から	10:00~16:00 ☆昼食作り 「ピンパ丼」 10:30から	10:00~16:00 ☆おそうじ 10:30から	休み	
	卓球13~15:00 (東部在宅障害者センター) ※サロンも開いています	☆☆書道 14:00から	☆あんずSST 13:30から	☆Let's Sing♪ 13:30から	☆あんずコーラス 13:30から		
24	25	26	27	28	29	30	
休み	10:00~16:00 園芸ボランティア (石屋川公園) 10:30から ※雨天荒天時は中止です	10:00~16:00 ☆あんず朝活 「ちはやふる(から紅) 講座」10:30から	10:00~16:00 休み	10:00~16:00 ☆あんず朝活 「手話にチャレンジ!」 10:30から	10:00~16:00 ☆☆お抹茶 13:30から	10:00~16:00 ☆おそうじ 10:30から	
	☆バンド・音楽活動♪ 13:30から	☆ヨガ 13:30から		☆あんず寺子屋 「ビジネスマナー」 13:30から		☆☆あんずカフェ Happy Birthday 14:00から	

6



多くの人が集まる、みんなの「あんず」です。
お互いに気持ち良く過ごせるように心がけましょう。



~お知らせ~

あんずのFAX番号が変わりました。

(旧)078-841-7097 → (新)FAX:078-855-2909

★プログラムはこちらからもご確認できます。
【あんず最新プログラム】

http://www.kinomefukushikai.com/pdf/anzu_p.pdf



平成30年 6月のプログラム紹介

地域活動支援センターあんず

日程	時間	プログラム	参加費	予約	内 容
表面をご確認ください		おそうじ	無料	無し	みんなのあんずをみんなできれいにしましょう！参加された方にはポイントがつきます。
隔週月曜	10時30分	あんず朝活「かんたん英会話」	無料	無し	ちょっとした場面で役立つかんたん英会話を、一緒に学んでいきましょう♪
1日	13時30分	あんずミーティング	無料	無し	来月のプログラムやレクについて、みんなで話し合しましょう。
2・16・30日	14時	あんずカフェ	100円	13時まで	カフェのお菓子は毎回手作りしています（体験利用中の方には市販のお菓子をお出ししています）。午前中のお菓子作りをお手伝いして下さった方には、ポイントがつきます♪ 30日は「Happy Birthday! 4・5・6月生まれの方は参加費無料です。
4日	13時30分	朗読の会	無料	無し	季節に合った絵本や紙芝居などを読みましょ。皆さんもおすすめの本があれば、ぜひ当日にお持ちください。
5日	13時30分	ひらめの家主催のジャグリング・ボーイ（都賀川沿いの公園）	無料	無し	ひらめの家と就労B型ボレロさんの合同企画で行われるジャグリング・ボーイ（紐の先に球がついたジャグリング道具）のワークショップです。あんずからバスで都賀川まで行くので、福祉乗車証をお持ちください（※現地集合の方はあらかじめお知らせください）
6日	13時30分	レディースデー「お茶会」	実費	無し	近所のケーキ屋さんで好きなケーキを買って、あんずでのんびりお茶をしましょう（希望者のみ。ケーキ代は自己負担）。ドリンクだけの参加もOKです。※レディースデーの来所は女性だけにさせていただきます。ご了承ください。
7日	10時15分	朝DVD「ザ・マジックアワー」	無料	無し	暗黒界のボスの恋人に手を出した手下が命をもらう代償に伝説の殺し屋を探し出すコメディ！うそと思ひ込みが巻き起こす感動と爆笑の、三谷幸喜作品！
7日	13時30分	ハンドベル	無料	無し	皆でハンドベルを演奏し、きれいな音色を奏でましょう♪
8日	13時 出発	外出レク「兵庫県立美術館」	実費	当日 13時まで	現在開催中の「ジブリの大博覧会」をみにいきます！ジブリの世界を体感しにいきましょう♪（※障害者手帳をご持参下さい。）
11・25日	10:30 出発	園芸ボランティア（石屋川公園）	無料	無し	石屋川公園の花壇のお手入れと清掃活動です。現地までお話ししながら歩いて行きます。良い運動になりますよ～。（※雨天荒天時は中止です。あんずにご確認ください。）
11日	13時30分	お菓子作り「杏仁豆腐」	100円	13時まで	プルプルでひんやり！今の季節にぴったりのスイーツの杏仁豆腐と一緒に作りましょう♪
12日	13時30分	フラワーアレンジメント	200円	13時まで	100均造花でおしゃれなフラワーアレンジメントに挑戦しましょう！花を入れる小さな器（マグカップくらい、形は自由）を持ってきてください。
14日	10時30分	あんず朝活「おとなのお絵かき&おりがみ」	無料	無し	あんずにある画材を使って、簡単なお絵かきや塗り絵、折り紙を試してみませんか♪
14日	12:15 出発	都賀川安全見守り活動検証訓練	無料	無し	都賀川沿いで行われる訓練です。いざという時のための行動を確認しておきませんか？
15日	13時30分	DVD鑑賞「ステキな金縛り」	お菓子付は50円	13時まで	ある殺人事件の弁護を依頼されたダメ弁護士が、落ち武者の幽霊を何とか証言台に立たせようと四苦八苦する姿を描いた痛快ドタバタ劇の法廷ミステリー。三谷幸喜作品です。
18日	13～15時	卓球（東部在宅障害者福祉センター）	無料	無し	東部在宅障害者福祉センターで卓球をします。体を動かしてリフレッシュしましょう！
19日	10時30分	あんず朝活 まわし読み新聞vol.3	無料	無し	「いつでも、どこでも、だれでもできる」が合言葉！むつさとし（観光家/コモンズ・デザイナー/社会実験者）氏が考案した新聞を使った「メディア遊び」第3弾です。
19日	14時	書道	50円	13時30分まで	あんずの人気プログラムで、楽しみにされている方も多い書道教室です。「書道は初めて…」という方もお気軽にご参加ください。
20日	10時30分	あんず朝活「ストレッチ&リラクゼーション」	無料	無し	朝から体や指を動かして、気持ちの良い一日を迎えましょう。
20日	13時30分	あんずSST	無料	無し	自分の気持ちや思いを、相手に上手に伝えるコミュニケーションの練習を、一緒に楽しくしていきましょう♪ 取り扱ってほしいテーマがあれば、いつでも気軽にスタッフにご相談下さい。
21日	10時30分	昼食作り「ピピン丼」	300円	10時30分まで	いろんな具を入れちょっとピリッとした美味しいピピン丼を作りましょう♪
21日	13時30分	Let's Sing♪	無料	無し	きれいな発音でかっこよく英語の歌をうたいましょう。コツを覚えればカンタン！
22日	13時30分	あんずコーラス	無料	無し	童謡、歌謡曲、流行の曲など、皆で楽しく歌いましょう♪ リクエスト曲、随時受け付けております。
25日	13時30分	バンド・音楽活動♪	無料	無し	ボレロ音楽祭の練習が盛り上がったので、新しい試みです♪ 課題曲を決めて一緒に練習してみませんか？ 「楽器、音楽はしたことがないけど、チャレンジしてみたい」という方も大歓迎です♪
26日	10時30分	あんず朝活「ちはやふる(から紅)講座」	無料	無し	利用者さんが企画してくださった初のプログラムです！百人一首の世界を体験してみませんか？
26日	13時30分	ヨガ	無料	無し	2か月に1回開催し、大好評のヨガです。ボランティアの先生に、誰でも無理なくできるポーズを教えていただけるので、初めての方もぜひご参加ください♪
28日	10時30分	あんず朝活「手話にチャレンジ！」	無料	無し	動画を観ながら、簡単な手話にチャレンジしてみませんか♪
28日	13時30分	あんず寺子屋「ビジネスマナー」	無料	無し	最近ビジネスマナーを勉強してきた星野指導員が皆様にお役に立ちそうなマナーをお伝えできたらと思っています！
29日	13時30分	お抹茶	100円	13時まで	あんずの人気プログラムです。ボランティアの先生と一緒にお茶と和菓子をいただきながら、お茶の作法について学びます。お茶や芸術などに関するお話を楽しみます。