



2月のプログラム

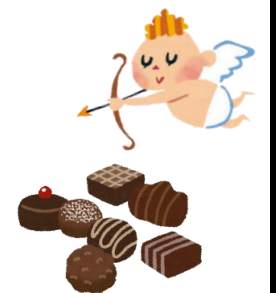


地域活動支援センターあんず TEL: 078-841-7097

日	月	火	水	木	金	土
					1 10:00~16:00 ★あんず朝活 「節分飾りを作ろう♪」 10:30から	2 10:00~16:00 ★おそうじ 10:30から
					★あんずミーティング 13:30から	★あんずカフェ 14:00から
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 ★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 ★あんず朝活 「おとなのお絵かき &折り紙」10:30から	10:00~16:00 ★朝DVD 「プラダを着た悪魔」 10:30から	10:00~16:00 ★あんず寺子屋 『ピアサポーターに ついて』 13:30から	休み
	★手作りショウガ湯を飲みながら風邪予防を考える会 13:30から	★あんずコーラス 13:30から	★朗読の会 13:30から	★お菓子作り 「フルーツサンドイッチ」 13:30から		
10	11	12	13	14	15	16
休み	祝日 (建国記念日)	10:00~16:00 ★昼食作り 「ナシゴレン」 10:30から	休み	10:00~16:00 ★外出レク 「神戸どうぶつ王国」 11:00あんず出発 ※サロンも開いています	10:00~16:00 ★朝活 あんずコーラス 10:30から	10:00~16:00 ★おそうじ 10:30から
		★あんずSST 13:30から		★音楽動画鑑賞 「私のお気に入り MUSIC♪」 13:30から	★音楽動画鑑賞 「私のお気に入り MUSIC♪」 13:30から	★あんずカフェ 14:00から
17	18	19	20	21	22	23
★ふれあいブルー カフェで ヨガの山 口先生に よる『レ ジン』の プログラ ム	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 小説『芋粥』を読んで芋粥を 食べよう 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 ★バンド音楽活動♪ 13:30から	10:00~16:00 ★おそうじ 10:30から	休み
	★ハンドベル 13:30から	★書道 14:00から	★ヨガ 13:30から	★お抹茶 ～通常版～ 13:30から		
24	25	26	27	28		
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 「手話にチャレンジ!」 10:30から	休み	♡10:00~16:00♡ ★レディースデー♡ 「岩屋駅周辺を散策♪」 13時あんず出発		
	★わかばの出前トーク 『発達障害を理解する』 に行こう! 13:15あんず出発	★灘区防災ワーキング (避難訓練)に参加 13:15あんず出発 ※サロンも開いています				



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すように心がけましょう。



～警報発令時のお知らせ～

- ・午前9:00時点で神戸市に「大雨・洪水・暴風・大雪」警報のいずれかが発令している場合 → 午前中閉所
 - ・12:00時点で警報が解除された場合 → 13:00より開所
 - ・12:00以降で警報が解除されない場合 → 終日お休み
- (※判断が難しい場合は、あんずにお電話ください。)

★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



日程	時間	プログラム	参加費	予約	内容
週末	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！参加するとポイントがつきます（トイレ掃除は2ポイント！）
月曜午前	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	10時30分	あんず朝活「節分飾りを作ろう」	無料	無し	今年の節分は2月3日。折り紙などを使って節分飾りを作り、節分の伝統行事などについても調べてみましょう。
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日 16日	14時	あんずカフェ	100円	当日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）。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♪
4日	13時30分	ショウガ湯を飲みながら風邪予防を考える会	ショウガ湯付は50円	無し	寒い時季に美味しいショウガ湯を作って、風邪予防の知恵を出し合しましょう。
5日 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	ストレッチで身体を動かした後に、心を落ち着けてリラクゼーション。気持ちの良い一日をスタートさせましょう。
5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。
6日	10時30分	あんず朝活「おとなのお絵かき&折り紙」	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、折り紙をしてみませんか♪
6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う。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。
7日	10時30分	朝DVD「プラダを着た悪魔」	お菓子付きは50円	無し	アンディ（アン・ハサウェイ）はジャーナリストを志しNYにやって来る。オシャレに関心のない彼女は、無謀にも一流ファッション誌ランウェイの面接を受ける。ハートウォーミングな女性映画。（109分）
7日	13時30分	お菓子作り「フルーツサンドイッチ」	100円	当日13時まで	たくさんのおフルーツと生クリームをはさんだフルーツサンドイッチをつくりましょう！(^_^)
8日	13時30分	あんず寺子屋 「ピアサポーターについて」	無料	無し	「ピアサポーター」をされているメンバーさんが、実際の活動についてお話して下さいます。質問もOK！ぜひご参加ください。
12日	10時30分	昼食作り「ナシゴレン」	300円	当日10時30分まで	ナシゴレンとはインドネシア料理の一つで、辛みのきいた焼き飯風のもので。
12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♪ 人間関係でのお悩みごとや困りごとなど、いつでもスタッフにお気軽にご相談下さい。
14日	11時出発	外出レク「神戸どうぶつ王国」	実費	当日11時まで	いろんなどうぶつに会いに神戸どうぶつ王国にいきましょう♪パーク内にはお花畑もあり、癒されますよ♪ 一般：1800円 障害者手帳割引：900円 福祉乗車証・障害者手帳をお持ちの方は、お忘れなく。
15日	10時30分	あんず朝活 あんずコーラス♪	無料	無し	リクエスト頂きまして、朝活あんずコーラスです！ 童謡、歌謡曲、流行の曲など、皆で楽しく歌いましょう♪
15日	13時30分	音楽動画鑑賞「私のお気に入りのMUSIC♪」	無料	無し	皆さんのお気に入りの音楽は何ですか？教えてください！ 順次、上映鑑賞していきます！ リクエスト出してくださいね♪
18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♪ 失敗しても間違えても、大丈夫ですよ。
19日	10時30分	あんず朝活 小説『芋粥』を読んで芋粥を食べよう	100円	当日10時30分まで	『芋粥』は今昔物語を題材にした芥川龍之介の短編小説です。舞台は平安時代、芋粥を食べるのが唯一の楽しみである主人公のお話です。読んだ後は小説にでてくる、芋粥を作って食べましょう♪
19日	14時	書道	50円	当日13時30分まで	ボランティアの先生が楽しく教えてください。「書道は初めて…」という方もお気軽にご参加ください。
20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♪
21日	13時30分	バンド・音楽活動♪	無料	無し	去年は木の芽バンド大活躍の一年となりました！今年も木の芽バンドをよろしく願いいたします。次回は3/9(土)の『まんまるケットいPlus(御影クラッセ前)』に出演予定！“音楽=音を楽しむ”で、課題曲を決めて練習していきましょう♪
22日	13時30分	お抹茶～通常版～	100円	当日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抹茶とお菓子をいただきながら、お茶の作法について学び、お茶や芸術などに関するお話を楽しみます。
25日	10時30分	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。（※雨天荒天時は中止です。あんずにご確認ください）
25日	13時15分 出発	わかばの出前トーク「発達障害を理解する』に行こう！	無料	無し	（場所：わかば）保健福祉局障害福祉部発達障害者支援センターより境田先生が来てくださって発達障害について教えてください。
26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♪
26日	13時15分 出発	灘区防災ワーキング(避難訓練)に参加	無料	当日13時まで	灘区の自立支援協議会が開催する、障害を持つ方を対象にした避難訓練に参加します。避難後は、炊き出しや福祉用具の体験、新聞紙スリッパ作り教室、段ボールベッドの体験などもあります。
28日	13時出発	レディースデー♡「岩屋駅周辺散策」	実費	当日13時まで	今月のレディースデーは、岩屋駅周辺のアウトレットショップやギャラリー、カフェなどを散策しましょう♪