



# しょうあん通信

## 9月予定表



2021年9月号

	日	月	火	水	木	金	土
AM				1	2	3	4
昼食				□腔体操 検温・血圧 和風おろしハンバーグ	お休み	□腔体操 検温・血圧 オムレツ	お休み
PM				手芸 トランプ・脳トレ 茶話会		健康麻雀 トランプ・脳トレ 茶話会	
AM	5	6	7	8	9	10	11
昼食	お休み	□腔体操 検温・血圧 鯖の磯辺焼き	お休み	□腔体操 検温・血圧 白身魚の味噌煮	はつらつ体操 (安威公民館)	□腔体操 検温・血圧 鯖のレモンパッパー焼	お休み
PM		きくち体操 トランプ・脳トレ 茶話会		手芸 トランプ・脳トレ 茶話会		健康麻雀 トランプ・脳トレ 茶話会	
AM	12	13	14	15	16	17	18
昼食	お休み	□腔体操 検温・血圧 カレー	お休み	□腔体操 検温・血圧 豚肉のおろし煮	フレイル予防 プログラム Vol.3 (安威公民館)	□腔体操 検温・血圧 カレー	お休み
PM		フレイル予防講座 トランプ・脳トレ 茶話会		手芸 トランプ・脳トレ 茶話会		健康麻雀 トランプ・脳トレ 茶話会	
AM	19	20	21	22	23	24	25
昼食	お休み	□腔体操 検温・血圧 白身フライ	お休み	□腔体操 検温・血圧 さば塩焼き	はつらつ体操 (安威公民館)	□腔体操 検温・血圧 白身魚の青じそ焼	お休み
PM		きくち体操 トランプ・脳トレ 茶話会		手芸 トランプ・脳トレ 茶話会		健康麻雀 トランプ・脳トレ 茶話会	
AM	26	27	28	29	30		
昼食	お休み	□腔体操 検温・血圧 麻婆豆腐	お休み	□腔体操 検温・血圧 トマト煮込みハンバーグ	お休み		
PM		フレイル予防講座 トランプ・脳トレ 茶話会		手芸 トランプ・脳トレ 茶話会			

注) メニューは都合により変更になる場合がございます。

※現在、コロナ対策としてカラオケは中止しております。

### <今月のお楽しみイベント>

●目指せ！安威文化祭(手芸)

### ◎ご利用料金

利用時間	組み合わせ	料金
11:00~13:00	AM+昼食	600円
12:00~16:00	昼食+PM	800円
13:00~16:00	PM	300円
11:00~16:00	終日+昼食	850円

開所日：月・水・金

### SNS版

しょうあん通信 Start

LINE 公式アカウント  
お友達募集中!



Instagram



マスク着用



手洗い励行



手指消毒



Social Distance



換気でさわやか

### みんなで達成



### コロナ

## 文化の秋といえばコレ！！ 「手芸」

新型コロナの影響もあり必要以外の外出は控えた生活を送っていると思いますが必要以上の自粛で加速度を増してフレイルが進んでしまう事も隣り合わせにある現実。感染予防をしっかりとし、自分らしい過ごし方を見つけて行きたいですね。

しょう安ではとてもチャームングで物腰柔らかい先生をお招きし、手芸活動を利用者様で楽しませております。

みんなで一緒に手芸**Debut**  
しちゃいましょう(\*^^\*)

毎週 水曜日  
13:00～



### 物作り教室 生徒募集中

一緒に物作りしませんか？  
洋裁やクラフトバッグ、最近流行りのアロマストーンやUVレジンなどの手芸教室を開催しています。  
皆で楽しくお話しながらゆっくりと学べるので初心者でも大歓迎！  
お子様と一緒に参加もして頂けます。

