

9月活動予定表

日	月	火	水	木	金	土
8月29日	8月30日	8月31日	9月1日	9月2日	9月3日	9月4日
休み	フリースペース	フリースペース	歴史クイズ (10:30~)	雑学クイズ (10:30~)	フリースペース	フリースペース
		スポーツ会 (13:30~)	太極拳	体操	卓球会 (14:00~)	
9月5日	9月6日	9月7日	9月8日	9月9日	9月10日	9月11日
休み	DVD・音楽鑑賞会	英会話サークル (10:15~)	歴史クイズ (10:30~)	雑学クイズ (10:30~)	フリースペース	フリースペース
	フリースペース	フリースペース	避難訓練 (14:30~)	体操	音楽会 (14:30~)	
9月12日	9月13日	9月14日	9月15日	9月16日	9月17日	9月18日
休み	DVD・音楽鑑賞会	DVD・音楽鑑賞会	歴史クイズ (10:30~)	雑学クイズ (10:30~)	フリースペース	フリースペース
	フリースペース	フリースペース	太極拳	体操	ダーツ会 (13:30~)	
9月19日	9月20日	9月21日	9月22日	9月23日	9月24日	9月25日
休み	敬老の日	・日泰寺散策 (10:30~) ・英会話サークル (10:15~)	歴史クイズ (10:30~)	秋分の日	フリースペース	フリースペース
		フリースペース	太極拳		スポーツ会 (13:30~)	
9月26日	9月27日	9月28日	9月29日	9月30日		
休み	フリースペース	DVD・音楽鑑賞会	歴史クイズ (10:30~)	雑学クイズ (10:30~)		
	雑誌購入 (14:00~)	音楽会 (14:30~)	太極拳	体操		

※皆様へお知らせ※ コロナ感染予防の為、下記の対応をしております。

- ・たかみのスペースが狭いため、密になった場合はその都度相談し、散歩やスポーツをお勧めさせていただきます。
- ・飲食 各自持参された昼食・軽食であれば飲食可能です。
テーブルに一人で着席して頂き、他の利用者の方と会話を控えながら、お召し上がりください。
- ・麻雀、カラオケ、昼食会、外出イベント等一部のプログラムは中止しております。
- ・静養室は静養する方を優先し、一人で利用してください。

※8/27に発令されました緊急事態宣言により内容を変更する場合があります。



※活動内容は予告なしに変更する事があります。

地域活動支援センター たかみ

〒464-0073 千種区高見一丁目20番2号MNビル2階 TEL:052-753-3621

日泰寺 縁日 散策

毎月21日は弘法縁日です。

参道をのんびりと歩きながら気分転換に出掛けませんか？



ホームページ開設お知らせ

たかみのホームページが開設しました！

<http://www.chikusa1.info/t/takami.html> で検索してみてください!(^^)!活動予定表が簡単に見る事ができるようになりました。

? 頭にやさしい雑学

『頭にやさしい雑学の本』より、スタッフがクイズを出します。なるほど！納得！様々なジャンルの雑学に詳しくなれます。

例えば・・・マイナスの記号、“-”はなぜ出来たの？作ったのは誰？等々お楽しみに。



名古屋の歴史の探訪クイズ

スタッフの雑学を交えながら名古屋にまつわる歴史クイズを出します。名古屋の歴史に興味のある方もそうでない方も楽しめます。



太極拳

スタッフの声掛けに合わせて呼吸をしながらゆったりと行きます。気血の流れが良くなり、終わると体がぼかぼかします。呼吸に集中してゆっくり体を動かせば全身がスッキリ。こころもほぐれます。肩こり・腰痛の改善の助けにもなります。ストレス軽減に作用もあるようです。



英会話サークル

日時:第1、3火曜、10:15~10:45

場所:活動スペース

内容:「English for Life」をテキストを使って気楽に英会話を楽しむサークル活動です。皆様にはテキストのコピーをお渡します。

English is fun! Come and join us!!!

音楽会

職員が電子ピアノを演奏します。予めリクエストのあった曲の演奏や奏者のアレンジでクイズなど皆で楽しんでいます。



中秋の名月



今年は9月21日が中秋の名月です。美しい月を見ることができるといいですね。お月見と言えばススキ！由来は神様が休憩したので魔よけ効果があると信じられてきたからだそうです。たかみのススキで中秋の名月を感じてください。