



# 3月活動予定表



日	月	火	水	木	金	土
2月27日	2月28日	3月1日	3月2日	3月3日	3月4日	3月5日
休み	フリースペース	フリースペース	フリースペース	DVD・音楽鑑賞会	パソコン ～ワード(基礎)～ (10:00～)	ゲーグルアース ～イタリア～
	ポッチャ	福祉サービス相談会 ～藤野麗本さん～ (14:00～)	利用者さんの フリートーク (14:00～)	女子会 ～好きな映画～ (14:00～)	椅子に 座って簡単ストレッチ	スポーツ会 (14:00～)
3月6日	3月7日	3月8日	3月9日	3月10日	3月11日	3月12日
休み	フリースペース	ゲーグルアース ～ドイツ～	おさんぽ会 (10:30～)	フリースペース	DVD・音楽鑑賞会	太極拳
	音楽会 (14:30～)	スポーツ会 (14:00～)	手遊びゲーム (14:00～)	DVD・音楽鑑賞会	千種公園で おさんぽ会 (14:00～)	ゲーグルアース ～鎌倉殿の13人～
3月13日	3月14日	3月15日	3月16日	3月17日	3月18日	3月19日
休み	椅子に 座って簡単ストレッチ	DVD・音楽鑑賞会	おさんぽ会 (10:30～)	ゲーグルアース ～草津・下呂・有馬～	パソコン ～ワード(基礎)～ (10:00～)	ポッチャ
	脳トレゲーム (14:00～)	太極拳	女子会 ～春と言えど...～ (14:00～)	音楽会 (14:30～)	ストレス対処法 ～藤野小澤さん～ (14:00～)	椅子に 座って簡単ストレッチ
3月20日	3月21日	3月22日	3月23日	3月24日	3月25日	3月26日
休み	春分の日	フリースペース	椅子に 座って簡単ストレッチ	DVD・音楽鑑賞会	ポッチャ	フリースペース
		雑誌購入 (14:00～)	ポッチャ	スポーツ会 (14:00～)	お絵描きゲーム (14:00～)	太極拳
3月27日	3月28日	3月29日	3月30日	3月31日		
休み	フリースペース	DVD・音楽鑑賞会	ゲーグルアース ～オランダ～	フリースペース		
	太極拳	女子会 ～トピック募集～ (14:00～)	DVD・音楽鑑賞会	脳トレゲーム (14:00～)		

## ※皆様へコロナ感染対策に関してお願いとお知らせ※

- ・持参された昼食・軽食を召し上がる際は、窓側のテーブルに着席して「黙食」でお願いいたします。
- ・静養室のご利用は、静養される方を優先し、一人で静養していただいております。
- ・昼食会、外出イベント等は一部中止しております。
- ・コロナ禍で気軽に旅行できない日が続いていますね。そこでゲーグルアースを使って、旅行気分を味わってみませんか？フリースペースのテレビで世界遺産や観光名所を巡って一緒に楽しみましょう。
- ・利用者さんのフリートークでは、自分を楽しませる方法をお話してくださいませ。



コロナ感染予防対策と共に食事・睡眠、毎日の生活リズムも大切です。皆様が春を健やかに迎えいただけますことを願っております。

※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

## 福祉相談会

日時: 3/1(火) 14:00~活動スペース

講師: 基幹相談支援センター 照本さん

聞いてみたい、知りたい、と思われる、「福祉サービス」について気軽に相談する機会にしてみませんか? 前回は「B型事業所ってどんなことをするの?」「A型事業所との違いは?」など

## ホームページ開設お知らせ

たかみのホームページを開設しました。  
<http://www.chikusa1.info/t/takami.html>で検索すると、活動予定表も簡単に見られます。

一部スマホでも閲覧できます。

2月のおさんぽ会は  
午後ゆっくり日泰寺の散策に出かけました。



## おさんぽ会

寒い季節に歩くのも気分転換になりますよ。たかみの近くを一緒に歩いてみませんか? 池下・覚王山で行きたい場所があれば教えてください。



## グーグルアースで世界旅行

3/5(土)、12(土)、17(木)、30(土)

グーグルアースは衛星画像や3Dの地形画像、世界各地の3D画像によって作られた「バーチャル地球儀」です。

活動スペースでいろいろな国の名所・遺跡を見てみませんか? 世界旅行へ行った気分になれるかも!

3月は海外だけでなく、大河ドラマ「鎌倉殿の13人」の舞台となっている地域もご紹介します。

見てみたい国や地域のリクエストがあれば教えてください。

## ストレス対処法

日時: 3/18(金) 14:00~

場所: 活動スペース

講師: 基幹相談支援センター 小澤さん

日頃のストレスをうまく対処できたらいいですね。

## 女子会

3/3(木)、16(水)、29(火)  
14:00~

テーマがある会(例えば好きな映画やオススメの映画、映画について、など)や次のテーマを決めて話す日もあります。気楽に気軽にお喋り女子会ならではの楽しいひと時を過ごしませんか? テーマは随時募集中!

※活動内容は予告なしに変更する事があります。

---

※活動内容は予告なしに変更する事があります。