

8月活動予定表



日	月	火	水	木	金	土
7月31日	8月1日	8月2日	8月3日	8月4日	8月5日	8月6日
休み	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	フリースペース	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			ボードゲーム
8月7日	8月8日	8月9日	8月10日	8月11日	8月12日	8月13日
休み	フリースペース	ボードゲーム	フリースペース	休み 	ボードゲーム	フリースペース
	 季 節 の カ ー ド 作 り				季 節 の カ ー ド 作 り 	
8月14日	8月15日	8月16日	8月17日	8月18日	8月19日	8月20日
休み	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	フリースペース	フリースペース
	DVD・音楽 鑑賞会		ボードゲーム			雑誌購入 (14:00～)
8月21日	8月22日	8月23日	8月24日	8月25日	8月26日	8月27日
休み	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	フリースペース	フリースペース
	椅子に 座って簡単ストレッチ		ボードゲーム		DVD・音楽 鑑賞会	ボードゲーム
8月28日	8月29日	8月30日	8月31日			
休み	フリースペース	フリースペース	フリースペース			
	ボードゲーム		椅子に 座って簡単ストレッチ			

※皆様へコロナ感染対策に関してお願いとお知らせ※

- ・持参された屋食・軽食を召し上がる際は、窓側のテーブルに着席して「黙食」をお願いいたします。
- ・静養室のご利用は、静養される方を優先し、お一人で静養していただいております。
- ・屋食会、外出イベント等は一部中止しております。
- ・7月からはボードゲームを始めました。種類は様々ですが、その中でも初心者やの方や少人数でも楽しめるものを選びました。まずは気軽にご参加ください。お待ちしております。

今年は異例の暑さです。たかみでは換気をしながら、適宜エアコンを入れる等して熱中症予防に心掛けています。麦茶なども用意していますので、お気軽にお申し付けください。

※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

<http://www.chikusa1.info/t/takami.html>

YouTube 簡単ストレッチ



皆さんが日頃から気になる肩こり
腰痛など目的に合わせたストレッチを
します。椅子の上でできるものなど。



季節のカード作り



地域活動支援センター たかみ

ってどんなところ??

「たかみ」は、精神科や心療内科に通院されて
いる方の居場所です。

名古屋市から委託を受けて運営していますが
障害福祉サービスの申請手続きは不要なので
気軽に利用していただけます。

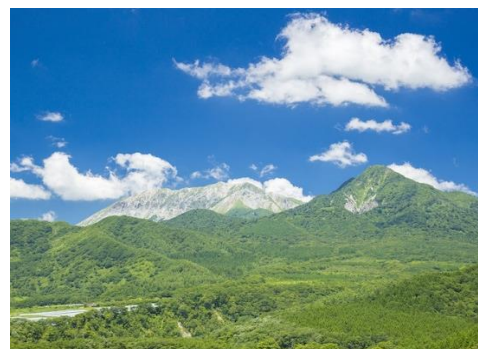
利用時間内であれば、いつ来られても
いつ帰られても構いません。

プログラムの参加は希望者のみです。

「一人で本を読んだり、TVを見て過ごす」「他の
利用者とおしゃべりする」「プログラム風景を
眺める」など、好きなように過ごして頂けます。
見学や体験(3回程度)もOKです。

関心のある方はまずはお電話下さい。

8/11(木)は「山の日」です。



日本の国土のおよそ6~7割が山。

「山の日」とは、山に親しむ機会を得て山の恩恵に感謝するための祝日です。
2014年に制定され、2016年に施行されました。

※活動内容は予告なしに変更する事があります。