

巣鴨外出実施しました!



~11月の予定:昼食外出~



食欲の秋!という事で11月のイベントは昼食外出を開催致します!今回は皆様より大人気の本曾路屋食外出です。温かいお食事を食べ身も心も温まらしましょう!日程等詳細は後日連絡帳にてお知らせいたします。

~ふれあい活動報告~
九月のイベントといえは毎年恒例となりました巣鴨外出!例年九月はまだ少し暑いのですが今年は涼しくとても過ごしやすい中での外出となりました。行きのバスより皆様が機嫌、会話が弾んでおられました。巣鴨に到着し、まずは腹ごしらえ。お蕎麦と天丼のセットを召し上がって頂きました。お食事の後は皆さんお待ちかねの巣鴨散策!高岩寺でのお参拝と地蔵通り商店街でのお買い物と楽しんでおられました!帰りのバスはお疲れになられたのかお休みになる方もいらっしゃいました。楽しい外出となりました。

インフルエンザの時期になりました。

今年もインフルエンザの流行の時期となってきました。既に皆様のお手元にインフルエンザの予防接種の通知が届いたかと思います。高齢の方が罹った場合、重篤化する危険もありますので、摂取される事をお勧めしております。又、インフルエンザワクチンの効果が期待できるのは接種後2週間後から5ヶ月程度ですので、流行に備えてできるだけ早く、遅くとも12月中旬までに接種されることをおすすめいたします。

脳もき 臨床美術講座 フォトギャラリー



秋色コレクション
秋といえば…みんなでお題を出し合ってそれぞれの色をオイルパステルで表現しました。
2015年9月制作

プログラム・活動紹介



～ハッピークラブ～

毎週金曜日に活動しているコーラスサークルです。クリスマスや夏祭り発表会に向けご利用者を中心として毎週熱心に練習しています。指揮者やハーモニカ、そして作詞と、皆様様々な才能を発揮されています♪ 定期的に外部へ発表会に行くなど、とても活動的なサークルです！

樋口所長の こうえんじ 好縁地 四方山話

19話

朝晩の冷え込みなどから秋を感じる今日この頃、ふれあいの家でもスポーツの秋『運動会』(10/21・10/22)を開催し、11月は食欲の秋『昼食外出』とまさに秋一色なプログラムを計画中です！ その他の秋と言えば芸術の秋『臨床美術』・『絵手紙』・『書道』などもございます。どのプログラムも見学や体験での参加が可能ですので、ぜひ興味のある方はお声掛け下さい。また、これらの作品や活動風景はホームページや廊下にてご覧いただけます。残すところは、『読書』と『睡眠』。最近本を読まなくなった私は、秋の夜長を読書の時間に充てたいと思っておりますが、何と云っても『食欲の秋』。お腹がいっぱいになった後の読書……。睡魔に勝てる自信がありません。(笑)

高円寺北ふれあいの家ホームページ

高円寺北ふれあい通信配信中！

毎月発行しておりますコチラの「高円寺北ふれあい通信」をホームページにて配信中です♪ 過去の記事もお読みいただけます！ また、日々の活動報告、お知らせ等様々な内容で随時更新しております！ 気になる方はお気軽に遊びに来て下さいね！

一発検索！



携帯からの読み取りはコチラ！

<http://kouenji.foryou.or.jp/work.php?id=w025>

編集後記

最近涼しくなり布団が恋しくなってきました山田です。秋といえば…そうです！ 食欲の秋です！！ ですが先日返ってきた健康診断の結果を見てそうは言われてられなくなりました。去年は多少運動をしていた為、数値は特に問題なかったのですが運動をやめた途端数値が…という事で今年は食欲の秋ではなくスポーツの秋！ 秋だけとは言わず冬、春くらいまで何か運動をせねばと痛感しました。でも、運動したらご飯がおいしいんですよ。中々食欲の秋から抜け出すのは難しいようで困ったものです。。。