ゆうゆう高円寺北館通信

平成26年7月号（Vol．54）

今年も梅雨がやってきました・・・。
体も心もいまいちすっきりしない日が多くなりがちなこの季節、自宅にいると気分も滅入ってしまいますよね？
そんな時こそゆうゆう館へ足を運んでみませんか！
今月も皆様が元気になる催しをたくさん行っていきます。これから来る本格的な夏を乗り切るために欠かせないのが水分補給！　ゆうゆう高円寺北館では大塚製薬さんの協力のもと『熱中症予防教室』を開催します。（詳しくは裏面をご覧ください）
そして6月より始まった新協働事業『ふぉーゆー体操』も大好評です。これからも地域の皆様と一緒に活気ある街作りを目指し、新しい事にチャレンジしていきたいと思っています(*^_^*)

7月の花
～はす～
（蓮）

＜はすの花言葉＞
●沈着　●休養　●雄弁　●離れる愛

ハスの花と睡蓮を指して「蓮華」（れんげ）といい、仏教とともに伝来し古くから使われた名である。　また地下茎は「蓮根」（れんこん、はすね）といい、野菜名として通用する。

ちょっとしたお困りごと・・・
ぜひご相談ください！

ゆうゆう高円寺北館では皆様のちょっとしたお困りごとのサポートが出来ればと考えています。
例えば、家具や粗大ごみの移動・通院時の車イスのレンタルなど、ちょっとした時間でお手伝いできることは沢山あると思います。もちろんご希望にお応えできない場合もあると思いますが、まずはお気軽に職員までお声掛けください。
（費用などは一切かかりません）

～お問合せ担当～
辻野/樋口

【ゆうゆう高円寺北館】
杉並区高円寺北３丁目20番８号
電話　03-3337-2266
ゆうゆう高円寺北館　検索

社会福祉法人　奉優会は、
ゆうゆう高円寺北館の運営業務を受託しています。奉優会は他の地域含め50か所以上の高齢者福祉事業や介護事業等を行っています。
URL：http://www.foryou.or.jp/

ゆうゆう高円寺北館
協働事業ご案内

オススメ！

ご見学も大歓迎です！ぜひ遊びにいらして下さい♪

講座名	内容	開催日時
ふぉーゆー体操	当法人の理学療法士がつくった高齢者向きの健康体操です。デイサービス職員が分かりやすく、そして楽しく提供します。上履のみご持参ください。（費用：無料）定員10名※長寿ポイント付	7月14日 月曜 10:00～11:00
臨床美術	臨床美術士によるアートカリキュラムです様々なテーマのもとに楽しみながら五感を最大限に生かしてみませんか！上手く書くのが目的ではありませんので安心してご参加ください。（1回500円）	第1木曜日 9:30～11:30
折紙教室	ふしぎな立体折紙講座です。立派なくすだまやパズルのような作品が出来ます。指先を使う事で脳の活性化も図れます！お気軽にご参加ください！（1回100円）※長寿ポイント付	第2・第4 土曜 9:30～11:30

～家族介護者教室のお知らせ～

○タイトル：『熱中症予防について』
○講　　師：大塚製薬株式会社　　堀　哲也　様
○開催日時：平成26年6月27日(金)10：00～11：00
○場　　所：高円寺北ふれあいの家　2階　講座室
○定　　員：20名
○申し込み：ゆうゆう館職員までお気軽にどうぞ。
○参加費：無料