あざみだより

10 2025 October

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
28	29	30	1 支援者研修 午後1時まで	2	3	4
5	6 買い物活動「ユニオン古謝店	7	8	9 焼き芋販売（安谷屋公民館）	10 健康講話	11
12（しおさい公苑）青年エイサー祭り	13 スポーツの日	14 神谷パン 防消訓練	15	16	17 職員会議 午後1時まで	18
19	20	21 焼き芋販売（役場）	22	23	24 紙芝居 カレンダー作り	25
26	27 うた声サークル虹と交流	28 神谷パン	29 調理実習（昼食作り）	30	31 ハロウィン	1

「暑さ寒さも彼岸まで」と言いますが、まだまだ陽射しが強いですね。暑さでダメージを受けた体には、栄養のある食材を摂るのもいいと思います。疲労回復効果のある豚肉や、免疫力がアップするみかんやキウイフルーツなど、物価も上がり家計も大変ですが、少しでもとり入れられたらいいですね。

9月は調理実習でヒラヤーチーを作り、ツナやニラを入れ美味しく出来上がりました。「久しぶりに食べた」と言う利用者もいてとても喜んでいました。また、さんごさんと一緒にミニ運動会を行い、玉入れ競争やピンポンリレー、パン食い競争をして大いに盛り上がりました。皆で協力して精一杯取り組む姿はとてもステキでした。10月も体調に気をつけて楽しみながら過ごしていきたいと思います。 ご家族の皆様、あざみに関わる全ての皆様、私達の活動にご理解とご協力を今後ともどうぞよろしくお願い致します。

9/8(月) 調理実習

9/26(金) ミニ運動会

1日(水) 支援者研修(あざみの利用は、午後1時までです。)
※午後1時より送迎を行います。

6日(月) 買い物活動「ユニオン古謝店」

9日(木) 焼き芋販売(安谷屋公民館)、21日(火)役場　27日(月)うた声サークル虹と交流

10日(金) 健康講話

12日(日) 青年エイサー祭り(しおさい公苑)

13日(月) スポーツの日(あざみはお休みです。)

14日(火) 消防訓練

17日(金) 職員会議(あざみの利用は、午後1時までです。)
※午後1時より送迎を行います。

24日(金) 紙芝居、カレンダーづくり

29日(水) 午前　調理実習(昼食づくり)
※エプロン、頭巾の準備をお願いします。

31日(金) ハロウィン

神谷パン(買い物活動)
14日(火)、28日(火)

買い物活動

場所：ユニオン古謝店
参加希望の方は当日までに職員へ声掛けをお願いします。