

金沢区生活支援センターニュース

6月号

発行：金沢区生活支援センター「愛&あい」 住所：金沢区泥亀2-1-7 鈴木ビル2階 電話：045-701-4116

	フリースペース	電話相談（045-701-4117）
月～金	9：00～18：00	9：00～16：00
土	9：00～15：00	9：00～16：00

休館日
日曜日
年末年始（12/29～1/3）

イベント

個別相談

要予約

嘱託医藤原修一郎先生（金沢文庫エールクリニック）による個別相談です。
ご家族の方も利用できます。

日 時：6月3日（火）13：30～14：50

定 員：4名 先着順（初回利用優先です）

予約方法：受付にお申し出ください。（045-701-4116）

○次回面談日：7月1日（火）13：30～14：50 担当：藤原先生

申込開始：初回の方は 6月4日（水）、2回目以降の方は 6月11日（水）より



第1金曜日 13：15～14：15 タッピングタッチ（講師：村木 雄一さん）
ゆっくり、優しく、丁寧に左右交互に体をタッチし、セルフケアをします。



第2金曜日 9：30～11：00 合同イベント☆参加希望者は職員へお申し出下さい。
※9：15 支援センターに集合し一緒に金沢区役所まで行きましょう。

今月はギター演奏

第2金曜日 13：15～14：15 わくわくの日
ボランティアさんと一緒に、音楽鑑賞やトーク、ゲームなどを楽しめます。

今月はトーク

第3金曜日 13：15～14：15 ステッキ体操（講師：沼田 美恵子さん）
ステッキを使った体操で、無駄なく足腰強化・猫背予防・肩こり腰痛改善します。



第4金曜日 9：30～11：00 合同イベント
はまべの会の皆さんと一緒に、楽しい時間を過ごしましょう。

今月はO×クイズ

退職スタッフからのご挨拶



7月末をもって金沢区生活支援センターを退職させて頂く事になりました。

9年間皆様と一緒に過ごさせて頂きましてありがとうございました。皆様と様々な思い出を作ることができたことに心より感謝しております。

常勤職員 井上 和

6月のイベントと昼食メニュー

- 都合により、急遽内容変更及び中止とさせていただきます。予め御了承ください。
 ○申込期日を過ぎてからのキャンセルにつきましては、返金出来ませんので予めご了承ください。
 ○利用者の会・イベントは希望参加者(ボランティア含む)が2名に満たない場合は中止とさせていただきます。

月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
	嘱託医相談 13:30~14:50 要予約			タッピングタッチ 13:15~14:15 	
生姜焼き	豚しゃぶ	八宝菜	ビビンバ丼	チキンのから揚げ	
9	10	11	12	13	14
				合同イベント 9:15集合 わくわくの日 13:15~14:15 	
とん平焼き	煮込み ハンバーグ	肉汁 つけうどん	筑前煮	豚キムチ丼 	
16	17	18	19	20	21
		利用者の会 13:15~14:00 		ステッキ体操 13:15~14:15 	
肉じゃが	五目ちらし	お魚 定食	チキンと野菜の 甘酢餡	カレーライス 	
23	24	25	26	27	28
				合同イベント 9:30~11:00 	
照りマヨ チキン	チキンカツ	鮭としらすの 混ぜご飯	ホイコーロー	冷やし中華	
30	 				
タコライス					

【食事サービス】

提供時間：12:00~12:45 利用申込み及びキャンセルは、当日の9:30までです。
 料 金：400円 9:30以降のキャンセルは、キャンセル料400円が発生します。
 ピリ辛： 