

すばるNEWS



★ものづくり★ ステンシル版画づくり

実施日：12月5日（水） 時間：午後1時～午後3時

場所：すばる2F訓練室 定員：10名

内容：切り抜いた型紙の上から、絵の具で色を付けていくステンシル版画を作ります。型紙を取ると素敵なアートができあがりますよ。

クリスマスにぴったりの絵をお部屋に飾ってもいいですね♪



★バスケットボールサークル レッツ★

実施日：12月6日、13日（木） 時間：午前10時～11時30分

場所：ねむのき会館

内容：運動したい方、興味のある方はお気軽にご相談ください。

※自立訓練事業所 SUN のプログラムと合同で行います。

※医療法人芙蓉会（SUN、すばる等）ご利用の方のみの参加とさせていただきます。

※ジャージ等、動きやすい服装でご参加ください。



★創作サークル MOSS★

実施日：12月12日（水） 時間：午後1時30分～午後3時

場所：SUN1F 談話室

内容：共同で創作活動行っています。興味のある方、是非ご参加ください!!

※自立訓練事業所 SUN のプログラムと合同で行います。

※医療法人芙蓉会（SUN、すばる等）ご利用の方のみの参加とさせていただきます。



★ヨガ教室★

実施日：12月19日（水） 時間：午後1時30分～2時30分

場所：SUN1F 談話室 持ち物：飲み物、汗拭きタオル

※ジャージ等、動きやすい服装でご参加ください。

※自立訓練事業所 SUN のプログラムと合同で行います。



★ものづくり★ アイシングクッキーづくり

実施日：12月20日（木） 時間：午前10時～12時

場所：すばる2F訓練室 定員：10名

内容：クッキーの上に砂糖と卵白でできたクリームでデコレーションをします。

クリスマスにぴったりのオリジナルクッキーを作ってみませんか？



★カラオケ★



すばるでは毎週土曜日午前10時～12時にカラオケを開放しています。お気軽にご参加ください。

12月は、29日以外が自立訓練事業所 SUN との合同プログラムとなります。

★行事参加について★

すばる行事に参加する時は必ず申し込みをお願いします。

お申込み及びお問い合わせ先



医療法人 芙蓉会

総合ケアセンター **さんらく**

地域活動支援センターすばる

TEL 017-764-2424

住所 青森市四ツ石里見 75-2

担当 寺山