

すばるNEWS

8月

わいわい行事（お買い物大作戦）

実施日：8月6日（水） 定員：5名

時間：13時30分～15時30分頃 場所：市内大型スーパー

内容：買い物へ行くのが不安、お米など一人での買い物が難しいなど悩んでいる皆さんと一緒に大型スーパーへの買物のお手伝いをします。

申込締切：8月5日（火）16時まで、もしくは定員になり次第終了



ヨガ教室

実施日：8月20日（水） 定員：20名（定員になり次第締切となります）

時間：13時～14時 場所：こころのケアセンターふよう（3F 機能回復室）

インストラクター：菅原結子氏

持ち物：水やお茶等飲み物、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。

申込締切：8月19日（火）16時まで、もしくは定員になり次第終了



クリーンアップ大作戦

自立訓練事業所 SUN のプログラム
合同で行います。

実施日：8月26日（火）

時間：10時～11時（雨天時中止）

内容：施設（四ツ石）周辺の清掃を行い、住みやすい街づくりに貢献します。



もの作り教室

実施日：8月28日（木） 定員：5名

時間：13時30分～15時 場所：すばる2F 訓練室

内容：オリジナルのアクセサリ（キーホルダー、ブローチ他）を作成してみましょう。

申込締切：8月27日（水）16時まで、もしくは定員になり次第締切となります。



★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のご連絡をお願いいたします。

（当日の詳細等については、申込時にお伝えいたします）



★発熱、体調不良がある方の参加はご遠慮ください。

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 菊地