

すばるNEWS 10月

ヨガ教室

実施日: 10月15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: 10月14日(火)16時まで、もしくは定員になり次第終了



もの作り教室

実施日: 10月23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: 空き瓶を使って自分だけのハロウィン ランタンを作ります。

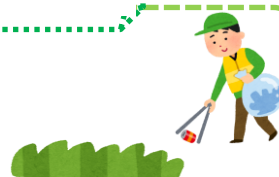
申込締切: 10月22日(水)16時まで、もしくは定員になり次第締切となります。



クリーンアップ大作戦

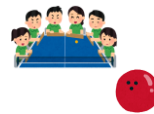
自立訓練事業所 SUN のプログラム
合同で行います。

実施日: 10月28日(火)
時間: 13時~14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。



わいわい行事(スポーツ交流)

実施日: 10月29日(水)
時間: 13時~15時頃 会場: ねむのき会館 体育館(青森市野尻今田52-4)
内容: スポーツを通して交流を図りましょう。
申込締切: 10月28日(火)16時まで。 ※当日の参加もできますが、可能な限り事前にお申込み下さい。
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。



★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