

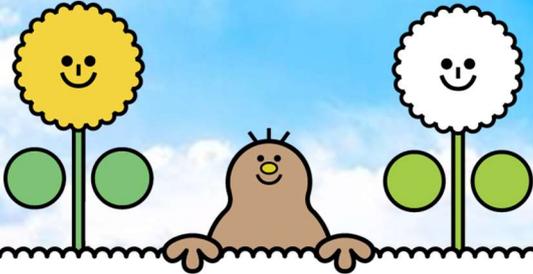
そら通信

2025年 🍷 5月号

〒184-0004 東京都小金井市本町2-20-30
 TEL: 042-381-6922
 FAX: 042-316-4120

開所時間

●お問合せ・電話相談	火	▶ 11:00~19:00
	水~土	▶ 10:00~18:00
●交流室	火	▶ 12:00~19:00
	水~土	▶ 12:00~18:00



5月のお知らせ

(1) プログラム について

- ① 避難訓練 5月2日(金)
 これからの季節に備え、台風災害を中心に防災を考えます。
- ② クッキング・きほんのき 5月9日(金)
 手軽で簡単な料理を一緒に作りましょう。ラタトゥイユ予定です。
- ③ ティータイムミーティング 5月13日(火)
 テーマについて意見交換をします。今回は特別編の予定です。
- ④ ゆるゲーム会 5月17日(土)
 のんびりと街コロをプレイしたいと思います。
- ⑤ そら・ベイキング 5月20日(火)
 レシピを参考にパン作りに挑みます。レーズンパン予定です。



避難訓練

5月2日(金)
14:30~15:30

小金井市の防災マップが令和7年度版にバージョンアップされました。
 みなさんのご自宅にも3月末に届いているようですが、ご覧になりましたか？
 今回は、台風災害をメインテーマとし、動画や防災マップを参考にしながら、一緒に防災について考える機会にしたいと思います。
 みなさま、ぜひともご参加くださいね。

(2) レクリエーション について

- ① できたてポップコーン 5月7日(水)
 コーンの弾ける様子を。カレー&クレイジーソルト味
- ② 座ってストレッチ 5月27日(火)
 椅子に座って無理なく、気持ちよく身体を伸ばしましょう♪
- ③ スープ&スムージー 5月29日(木)
 体に良くて美味しい季節のスムージーが楽しめます！

2025年プログラム案内

クッキング・きほんのき



**夏野菜たっぷり
ラタトゥイユ**

5月9日(金)
14:00 ~ 15:30
参加費 100円

ラタトゥイユはフランス語で「野菜の煮込み」を表します。今回は、ニース地方(南プロヴァンス)の郷土料理を楽しみましょう。

料理のできないスタッフとともに焼くパン作り！ 2025年 プログラム

そら・ベイキング

お互いに声をかけあいながら、パン作りにチャレンジしましょう！
 今回は、それぞれ小さめの**レーズンパン**が4個できる予定です。
 完成品は、その場で食べても持ち帰ってもOKです♪

5月20日(火)
13:00 ~ 16:00

※パン作りには時間を要します
 ※今回は運到・早退はご遠慮ください

参加費 100円

パン生地は生き物なので、失敗の可能性もあります。それも1つの経験と楽しんで頂ければと思います。



5月1日より交流室の利用ルールが一部変更されます 詳細は交流室の掲示又はスタッフにご確認下さい

- ◆ 2部制が撤廃となります。
 ・火 12:00~19:00 ・水~土 12:00~18:00
- ◆ 1日のうち、滞在は4時間までとします。
 ※プライベートの時間も大切に活用頂ければと思います
- ◆ 食べ物の持ち込み、交流室での食事も可能となります
 ※食べ物のゴミはお持ち帰り下さい
 ※冷蔵庫の使い方については、冷蔵庫の掲示をご確認下さい。
- ◆ お茶代が100円になります。
 ※コーヒーは2杯まで。お茶類は飲み放題です。
 ※水・氷・お湯は無料です。



コーヒーは3杯目から1杯50円となります

新コーナー登場