

そら通信

2026年 🍷 6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

6月のお知らせ

(1) プログラム について ※プログラムの参加は予約が必要です

- ① 昼食会 6月6日(土)
美味しい食事を囲んで、みんなで楽しく歓談しましょう。
今月は「彩り野菜のバターチキンカレー」です。
- ② メンバーミーティング 6月9日(火)
テーマに沿った内容で会話を楽しんだり、話し合いを行うプログラムです。今月はちぎり絵のテーマを決めたいと思います。
- ③ 音楽鑑賞 6月16日(火)
音楽を通して、コミュニケーションを育てるプログラムです。
人と集って聴くと新たな楽しみが生まれるかもしれません。
- ④ ハンドメイドを楽しもう！ 6月18日(木)
はぎれ布でミニトレイを作りたいと思います。針と糸でちくちく縫いますので、怪我にご注意ください。

(2) レクリエーション について

- ① できたてポップコーン 6月12日(金)
コーンが弾ける様子を眺めつつ、のんびりお過ごし下さい。
今回はブラックペッパー味の予定です。※変更する場合があります
- ② スープ&スムージー 6月25日(木)
季節を感じられる食材を使った、健康的で美味しいスープを提供します。お気軽にお越しください。

食中毒にご注意を！

6月に入ると気温や湿度が高くなり、買ってきたお弁当や総菜なども傷みやすくなります。食品は早めに冷蔵庫へ入れ、調理したものも長く置かずに食べるようにしましょう。食事の前や外出後は、石けんでの手洗いを心がけると安心です。

食中毒には感染するものもあります。もしそらでお腹を下した場合はトイレなど消毒が必要になりますので、職員までご一報下さい。



2026地域生活支援センターそら

昼食会のお知らせ

焼き野菜のバターチキンカレー、その他

日時：6月6日(土) 12:30~14:30
場所：そら 交流室 お楽しみに♪

参加費：600円

クッキング・きほんのき

5月に実施したプログラム「クッキング・きほんのき」では、にんじんのマフィンを作りました。



普段のプログラムではおかず系を作っていますが、今回は珍しくデザートを作ることになりました。

2グループに分かれ、それぞれで手分けしてにんじんとくるみがたっぷり入ったヘルシーケーキを焼き、レモンのフロスティングを作りました。

本当に美味しくできて、皆さんに大好評でした。