

そら通信 2019年 9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〉

お問い合わせ・電話相談
交流室

火曜日

11時～19時
12時～19時

水・木・金・土曜日

10時～18時
12時～18時

☆9月のお知らせ☆

(1) クッキング・きほんのき について

9月18日（水）14:00～15:00は短時間に調理できる「ベーコンエッグ～蒸し野菜添え」です。フライパン1つで簡単に作れます。レポートリーの一つに加えてみてはいかがでしょうか。交流室にチラシを掲示してあります。参加ご希望の方はお名前をお書きください。参加費は100円です。

(2) フリープログラム について

9月24日（火）の14:00～15:30はたこ焼きを作ります。詳しい内容は9月3日（火）15:00からのティータイムミーティングで決め、掲示でお知らせします。参加ご希望の方はお名前をお書きください。

そら近況

本町2丁目の大きな民家に引っ越してから、「そら」は2回めの夏を迎えました。暑いというよりは、痛いという強烈な日差しをもたらした猛暑も過ぎて、季節は秋に向かっていきます。ジェットコースターのように変化する気候の中で体調管理に気を使われた方も多いと思います。

交流室では、猛暑を乗り切るための臨時的「かき氷」を毎週1回行ったほか、プログラムでは「からだとこころがゆるむヨガ」、「室内アスレチック」、「音楽鑑賞」、レクリエーションでは「市場リサーチ」、「スープ&スムージー」などを行いました。

また、12月の障害者週間「芸術展」に提出する作品づくりを行いました。ティタイムミーティングでパンダのちぎり絵を製作することに決めました。下絵描きから始め、色紙をちぎって貼っていく作業にみんなで取り組み、この程、完成にこぎつきました。題して「パンダの日なたぼっこ」です。展示は、12月6日、7日、小金井市民交流センター（宮地楽器ホール）地下1階「市民ギャラリー」です。ぜひ、鑑賞にお出かけください。

