

あくせすカレンダー

発行 地域生活支援センターあくせす
〒192-0904 八王子市子安町 3-6-7
サザンエイトビル3F
TEL : 042 (631) 1022
発行日 2018年9月25日

☆あくせすの開所日 ☆ ※木曜日・祝日・祭日はお休みです

<電話相談他> 平日：午前10時～午後6時 第1・3日曜日&第2・4土曜日午前10時～午後4時
<交流コーナー> 平日：午前12時～午後6時 第1・3日曜日&第2・4土曜日午前10時～午後4時



2018年10月



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 シニア's Cafe <small>50歳以上の方が利用 できる日です。</small>	4 休み	5	6 休み
7	8 休み 体育の日	9 午後2時～午後3時 みんなでトーク	10 ABCグループ <small>ABCグループ参加者だけ が利用できる日です。</small>	11 休み	12	13
14 休み	15	16	17 レディースデイ <small>女性だけが利用で きる日です。</small>	18 休み	19	20 休み
21	22	23	24 ABCグループ <small>ABCグループ参加者だけ が利用できる日です。</small>	25 休み	26	27
28 休み	29	30	31	11月のカレンダーは 裏面をご覧ください。		

交流コーナー開所のお知らせ

プログラム開催日は通常の交流コーナーは閉所となりますのでご了承ください。閉所日は以下の通りです。
なお、電話相談は通常通り受け付けております。

・10月3日(水) 午前12時～午後3時30分(シニア's Cafe 開催のため)

※シニア's Cafe 終了後の15時30分からは、通常の交流コーナーとして、どなたでもご利用できます。

・10月10日(水) 午前12時～午後6時(ABCグループ開催のため)

・10月17日(水) 午前12時～午後6時(レディースデイのため)

・10月24日(水) 午前12時～午後6時(ABCグループ開催のため)

※ABCグループの対象者については、スタッフより個別にお声かけいたします。



「みんなでトーク」

- 10月9日(火) 午後2時～午後3時
10月のテーマは、「ヘルパーの利用」についてです。現役のヘルパーさんにお話を伺います。
みなさんぜひご参加ください。

ヘルパーさんは何をしてくれるのかよくわからない。
お願いしたいけれど手続きはどうするの？



※「みんなでトーク」への参加は申し込みが必要です。

※参加希望の方は、職員までお申し込みください。

※「みんなでトーク」開催中は通常の交流コーナーはご利用いただけません。

9月にみなさんと「八王子マップ」を作成しました。交流コーナーに掲示してあります。ぜひご覧ください。



シニア's Cafe

- 10月3日(水) 午後2時～午後3時
「簡単なストレッチにチャレンジ」
参加費：50円

スポーツの秋です。
楽しみながら簡単なストレッチ
で身体を動かしましょう！



☆参加希望の方は、職員までお申し込みください。

※15時30分からは、通常の交流コーナーとして、どなたでもご利用いただけます。



レディースデイ

- 10月17日(水) 午後2時～午後3時
「コラージュでポストカードを作ろう♪」
参加費：50円

紙・布・テープなどのかわいらしい素材を自由
に切り貼りしオリジナルのポストカード作りを
楽しみましょう。材料は用意してありますので
気軽にご参加ください。



☆参加希望の方は、職員までお申し込みください。

※交流コーナーは女性の方のみ12時から午後6時までご利用できます。

体育の日の由来を知っていますか？



「体育の日」は、もともと10月10日でした。

1964年の東京オリンピックの開会式が10月10日だったため、東京オリンピックの記念日にしようと、1966年に、そのまま10月10日が「体育の日」という名で国民の祝日になったのです。これが、体育の日の決定の由来です。

2000年以降はハッピーマンデー制度によって、10月10日の固定から第2月曜に変更になりました。

2020年の東京オリンピックは真夏です。

体も心も暑いオリンピックになりそうですね！

