

八幡平市地域活動支援センター



ふらっとだより

E-mail: flat-hachimantai@bz03.plala.or.jp

◎電話での相談にも応じますので、お気軽にお問い合わせください。

第184号

令和6年12月

発行責任者

ふらっと所長 小田島寿江

住所：八幡平市大更

21-10-5

電話：0195-75-1167



11月20日(水)に「盛岡中央公民館」の庭園散策に行ってきました。この日は、お天気に恵まれ日差しが紅葉にあたりとてもキラキラ！紅葉は真っ赤に染まり、歩く足元も紅葉の落ち葉で赤い絨毯のようでした。その後は、岩山展望台に行き、岩手山や北上川の流れを見渡すことができました。昼食は、「さわら園ベジふる café ハーモニー」でいただきました。とても美味しく皆さん大満足！楽しい社会見学になりました。



編集後記



いよいよ寒さが到来！岩手山には雪が積もり広範囲で白くなってきました。寒いのは苦手ですが、体を温める食材をたくさん取り入れ風邪を引かない身体づくりを目指したいと思います。今年も残りわずか、今年も一年間ありがとうございました。来年もどうぞよろしくお願いたします。 工藤

八幡平市地域活動支援センター「ふらっと」

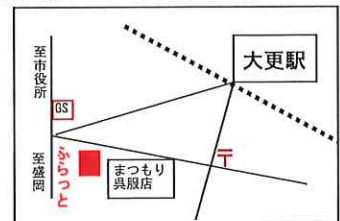
営業時間

10:00~16:30

定休日

毎週土曜日

祝日



地域活動支援センター「ふらっと」は、健康・障がい・育児等の生活全般に関する相談や、福祉作業所作品の販売、障がいを持つ方の日中活動の場、地域住民の方のサロンともなっています。どちら様も「ふらっと」お立ち寄りください。

スタッフ：小田島・大渡・工藤・大志田

令和6年12月 八幡平市地域活動支援センター「ふらっと」の予定

日	曜日	予	定	活動メニュー (午前)
1	日			
2	月			体操
3	火			自治会活動
4	水	wiiゲーム(14:30~)		創作活動
5	木			運動・レクリエーション
6	金	カラオケ(14:30~)		
7	土	休業日		
8	日	カラオケ(14:30~)		
9	月			体操
10	火			自治会活動
11	水	wiiゲーム(14:30~)		創作活動
12	木			運動・レクリエーション
13	金	カラオケ(14:30~)		
14	土	休業日		
15	日			
16	月			体操
17	火			自治会活動
18	水	wiiゲーム(14:30~)		創作活動
19	木			運動・レクリエーション
20	金	カラオケ(14:30~)		
21	土	休業日		
22	日	カラオケ(14:30~)		
23	月			体操
24	火	調理実習・クリスマス会(16時閉所)		
25	水	wiiゲーム(14:30~)		創作活動
26	木			運動・レクリエーション
27	金	カラオケ(14:30~)		
28	土	休業日(冬季休業12/28~1/4まで)		
29	日			
30	月			
31	火			

“調理実習”

『炊き込みご飯・きのこ汁』




材料はこちら!








材料を切っています。

鍋に入れていきます。



完成!

- 午前中のメニューは、基本的なものなので参加は自由です。
- 午後のメニューは、趣味的な活動となります。
- ※この他にも創作活動を行っています。
- 予定は変更となる場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。

★ 調理実習・クリスマス会ご参加の方は
12/15(日)までにお申し込みください。






まだ「ふらっと」を利用したことがない方
大歓迎です!





ゲームの日

今月は「ジェスチャーゲーム」





決められたお題を声を出さずに伝えるゲームを行いました。お題を表現しようと全身を使ってさまざまな動きをしました。このゲームは、何回か行っているので皆さんの表現力もアップ!!すぐに正解に導くことが出来ました。正解するととても嬉しいですね。