

とらいむ便り 11月

★ご来所のみなさまへ★



11月になりました。やっと過ごしやすい季節となりました。行楽シーズン到来で、木々の紅葉に、美味しい食べ物にと「秋」を楽しめるようになりました♪

7日は、暦の上で立冬になります。これからは、気温が下がると空気も乾燥しはじめます。寒さの前に、あたたかい冬服、乾燥対策の加湿器、鍋料理の為に土鍋の準備など、冬に向けての準備を身近なことから、少しずつ始めていきませんか？

冬支度で体調と共に気持ちも整えて、穏やかに冬を迎えていきましょう。

- *引き続き、感染症予防、各自でご対応よろしくお願い致します。
- *今月9日（土曜日）は、精神保健福祉講演会開催のため閉所となります。
- *30日は第5土曜日ですが開所いたします。よろしくお願い致します。



★11月の生活力アップセミナーのご案内★



園芸療法士さんといっしょに♪ 園芸を楽しもう☆



【日時】11月20日（水）14:00～16:00
【場所】とらいむ 多目的室
【内容】押し花などを使ったクラフト制作
玉ねぎの植え付け

音楽療法士さんといっしょに 音楽を楽しもう！

【日時】11月1日（金）10:30～11:30
【場所】とらいむ オープンスペース



★参加を希望される方へお願い★

プログラムの参加人数を制限させていただいております。
お手数おかけしますが、必ず事前に申し込みをお願いいたします！

★プログラム参加申し込み方法

とらいむ登録メンバーの方：事前にお電話または来館時にお申し込みください。
上記以外の方：申し込み用紙への記入が必要となります。
お電話にてお問い合わせください。



【R6年度の生活力アップセミナーの予定】

- ★音楽プログラム（奇数月の第1金曜日・10:30～11:30）
- ★植物プログラム（奇数月の第3水曜日・14:00～16:00）
- ★アロマテラピー（偶数月の第4金曜日・13:30～16:00）

※各プログラムの詳細は、案内チラシやお電話、来館時にお問い合わせください

今後、予定が変更になる場合もございます。ご了承ください。



発行：地域生活サポートセンター とらいむ

住所：鎌倉市由比ガ浜 2-2-40 KFビル4階 電話：0467-61-3205

受付時間：月曜日～金曜日（祝日は除く） 9:30～17:00

ホームページアドレス <http://npo-mind.or.jp/trymmm/>

運営主体：特定非営利活動法人 地域生活サポートまいんど
法人ホームページアドレス <http://npo-mind.or.jp>



■ 11月の休館日 ■

日曜日・祝日

日曜日 3日・10日・17日・24日

祝日 3日（文化の日）・23日（勤労感謝の日）

振替休日 4日 臨時休館 9日

第5土曜日 なし