地域生活サポートセンターとらいむ

とらいむ便り12月

★ご来所のみなさまへ★

12月になりました。何かと慌ただしさを感じる日々ですが、年に一度、「一年間、お疲れさま」の 気持ちを込めて、自分を労わる月にしてみませんか。からだの部位の中で最も使う機会が多いのが

手。その手は、大切なエネルギーの出入り口だといわれています。気になるときに手を洗って邪気を払い、その後は、お気に入りのクリームなどで保湿やマッサージをして、普段より丁寧にケアをしてみましょう。新しい年に向けて、いいエネルギーが巡ってきますように!!

<職員入職のご挨拶>

11月に入職しました、安田 文子(やすだ あやこ)と申します。 なるべく早く、皆さんのお名前とお顔を覚えたいと思います。よろしくお願いします。



- *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。
- *年末年始 12月 29日~1月3日まで閉所となります。12月 28日、1月4日は開所致します。

★12 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】12月12日(木)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

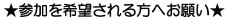
*今回は曜日が変更になっています。木曜日です!

アロマセラピストさんといっしょに アロマを楽しもう [※]

【日時】12月20日(金) 第1部:13:30~14:40 第2部:14:50~16:00

【場所】とらいむ 多目的室

【材料費】300円(当日お支払い下さい)



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)*今月は変則実施です!
- ★アロマテラピー (偶数月の第4金曜日・13:30~16:00) * **今月は第3金曜日に開催します!**

※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



■ 12月の休館日

日曜日・祝日・第5 土曜日

日曜日 1日・8日・15日・22日

年末年始 12/29(日)~1/3(金)

第5土曜日 なし



