

とらいむ便り 5 月

★ご来所のみなさまへ★



5 月になり新緑の美しい時期となりました。葉の色「グリーン」は、植物や野菜といった古代から自然界に存在する色なのでなじみがあり、見る人に安心感を与え、心身のバランスを整える効果があるとされています。また、暖色にも寒色にも属さない中間色で刺激の少ないこの色は、緊張感を和らげる作用があり、リラックス・リフレッシュ効果を感じる癒しの色でもあります。とらいむでは、ドリンクバーの緑茶・部屋の片隅にひっそりと観葉植物・大きな窓からは鎌倉の山の緑樹が眺められます。慌ただしい日々ストレスを感じたり、疲れがたまった時は、身近な「グリーン」を見つけて、ひと息ついてみましょう。



*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 3 日（土曜日）は、はぴカフェ開催のみで、フリースペースはお休みです。**

***31 日の第 5 土曜日は閉所となります。** よろしくお願い致します。

★5 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】5 月 21 日（水）14:00～16:00

【場所】とらいむ 多目的室

【内容】夏野菜植え付け



音楽療法士さんといっしょに 音楽を楽しもう！

【日時】5 月 2 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。

【R7 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）

★アロマセラピー（偶数月の第 4 月曜日・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>



■ 5 月の休館日 ■

日曜日・祝日

日曜日 4 日・11 日・18 日・25 日

祝日 5 日（こどもの日）

振替休日 6 日

第 5 土曜日 31 日