



つくしセンター、 ニュース

発行 つくしセンター
 〒943-0823 上越市高土町3-2-12
 TEL 025-521-2860 FAX 025-521-2861
 URL <http://www.tsukushinosato.com>

季節は夏から秋へと変わりつつありますが、まだまだ残暑が厳しい毎日が続いております。皆様いかがお過ごしですか？

夏の疲れが出てくる頃です。規則正しい生活を送り、病気に負けない体を作りましょう。



稲田グループ開催しました！

7月29日(水)に、約半年ぶりに稲田グループを実施し、当日は6名の方から参加して下さいました。

久しぶりの茶話会でしたが、皆様の近況報告や新型コロナウイルスに対して気を付けていることなど、お話しが尽きることはありませんでした。

参加者から感想をお聞きました。「皆、元気そうで良かった」「久しぶりに参加出来て楽しかった」「コロナの影響でどうなるか分からないけど次もやって欲しい」「楽しい時間を過ごせた」などの声が聞かれました。

今後も、皆様が安心して参加出来るよう配慮し、皆様が楽しめるような空間作りを心掛けてまいります。

サークル活動のお知らせ

将棋サークル

日時：9月15日(火)
時間：13:00~14:00

※オセロ・トランプ大歓迎です
♪ランチを食べた午後のひと時を過ごしましょう。



パソコンサークル

日時：月1回の予約制
時間：1時間

EXCEL:家計簿の打ち込みなど
WORD:文章の打ち込みなど
その他、ハガキの作成や携帯電話の使い方が分からないなど、お気軽に連絡下さい。



手芸サークル

日時：9月25日(金)
時間：10:30~11:30

内容：簡単な小物作り
参加費：500円
締切：9月18日(金)





つくしセンター令和2年9月の予定

日	月	火	水	木	金	土
		1	2 喫茶お休み	3 冷やし中華の日	4	5
		魚フライ 豆ごはん 軽作業 10~12時交流室		最後の 冷やし中華で す 軽作業 10~12時交流室	軽食の日	休館
6	7	8	9 喫茶お休み	10 つくしラーメン	11	12
休館	軽食の日	鶏肉照り焼き 季節野菜煮物 軽作業 10~12時交流室		 軽作業 10~12時交流室	軽食の日	休館
13	14	15	16 喫茶お休み	17 つくしラーメン	18	19
休館	軽食の日	肉じゃが 野菜甘酢漬け 軽作業 10~12時交流室 将棋サークル		 軽作業 10~12時交流室	軽食の日 喫茶M 14時30分~	休館
20	21	22	23 喫茶お休み	24 焼きそば	25	26
休館	休館 	休館 		五目焼きそば  軽作業 10~12時交流室	軽食の日	休館
27	28	29 オススメ!	30 喫茶お休み	※「レク」「サークル」「シャトルカー」は事前予約が必要になります。 <u>予約開始日は9月1日(火)</u> 。 ※すべての申し込みについては先着順、定員になり次第締め切らせていただきます。		
休館	軽食の日	手作りシューマイ 玄米入りご飯 軽作業 10~12時交流室	稲田グループ			

つくしセンターからのお知らせ

稲田グループのお知らせ

日 時：9月30日(水)
会 場：四ヶ所会館
時 間：13:30~15:00
参加費：100円



楽しい午後のひとときを過ごしませんか？
※参加される方はマスク着用をお願いします

つくしんぼからのお知らせ

つくしラーメン再開します！

夏季限定の「冷やし中華」は9月3日(木)をもって終了し9月10日(木)より、つくしラーメンが再開します。みなさま、冷たい麺もつくしラーメンも食べに来てください☺

また、火・木につくし工房の美味しいパンも販売しております。是非お立ち寄りください。



※新型コロナウイルス感染状況により、「レク」「サークル」を中止する場合があります。ご了承ください。