



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>

♣ 外出レク in 苗名滝 ♣

8月18日(水)に、苗名滝に行きました。

残念ながら雨の日に当たってしまい、安全を考慮して苗名滝まで歩くのは断念しました。昼食は、苗名滝手前にある苗名滝苑に行き、そうめん、そば、天ぷら、にじます料理など、自然に囲まれた環境で味わうことができました！

その後は近くにある、Cafe glandにて濃厚でなめらかなソフトクリームを食べました。滝まで行けなくても、マイナスイオンを感じながら大自然の中で食事をする事ができて、十分満喫できたという声も参加者の皆さんから聞かれました。

今度は晴れの日にはリベンジできたらいいですね！



入浴・洗濯サービスについて



つくしセンターでは、これまで希望する方に入浴と洗濯のサービスを提供していましたが、お風呂やコインランドリーなどが地域に充実してきたことを踏まえて、「入浴と洗濯サービスを終了」させていただきます。

利用を希望される皆様には大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解のほどお願い致します。



★喫茶つくしんぼからお知らせ★

★夏季限定で販売していた「冷やし中華」は、9月2日(木)で終了になります。9月9日(木)からは「つくしラーメン」が再開となります。今年最後の冷やし中華を食べに、ぜひお越しください！

★8月限定で販売していた「マンゴーカルピスソーダ」も、在庫がなくなり次第終了となります。まだ数に余裕がありますので、ぜひこの機会にお召し上がりください！

♪ 稲田グループのご案内 ♪

- 日時：令和3年9月29日(水) 13:30~15:00
- 場所：四ヶ所会館
- 参加費：100円
- 送迎：申込時にご相談ください。
- 注意事項：マスクを着用してご参加ください



～お茶を飲んだり、お菓子を食べながら

お話ししましょう♪

★「レク」「サークル」等へのご参加につきましては、(事前予約)が必要です。

全て先着順であり、定員になり次第締め切らせていただきます。

★予約開始日は、(9月1日(水))です。

つくしセンター令和3年9月の予定

日	月	火	水	木	金	土
			1 喫茶お休み	2 冷やし中華	3	4
				担々麺風 ●軽作業	軽食の日	休館
5	6	7 ランチ	8 喫茶お休み	9	10	11
休館	軽食の日	タコライス ●軽作業		ラーメン再開! ●軽作業	軽食の日	休館
12	13	14 ランチ	15 喫茶お休み	16 つくしラーメン	17	18
休館	軽食の日	豚肉とかぼちゃの さっぱり炒め ●軽作業		●軽作業	軽食の日 手芸サークル	休館
19	20	21 ランチ	22 喫茶お休み	23	24 喫茶お休み	25
休館	休館 敬老の日	フライ定食 ●軽作業		休館 秋分の日	軽食の日	休館
26	27	28 ランチ	29 喫茶お休み	30 つくしラーメン		
休館	軽食の日 テーブルゲーム サークル	きのこの 炊き込みご飯 ●軽作業	稲田 グループ	●軽作業		

●喫茶活動 (喫茶・軽食つくしんぼ)

- 活動日時：月曜、金曜 (9:00~13:00)
- 活動内容：接客、簡単な調理など
- ※火曜、木曜は、つくし工房の就労訓練の場となっています。

●軽作業

- 活動日時：火曜、木曜 (10:00~11:30)
- 活動内容：折り込み作業など

※「軽作業」「喫茶活動」に興味をお持ちの方は、
まずはご相談ください。体験利用もできます。

テーブルゲームサークル

- 日時：9月27日 (月) 13:00~14:00
- 内容：トランプ、オセロ、将棋など
みなさんで楽しみましょう☆

手芸サークル

- 日時：9月17日 (金) 10:30~11:30
- 内容：自分のやりたい物を持ち寄って、それぞれの作品を作ります。刺繍、折り紙などご自由にお持ちください!

パソコンサークル

- 日時：月に1回、1時間程度
- 内容：文章打ち込み、家計簿、暑中見舞いの作成など
- ※個別レッスンです。希望日時や内容についてはご相談ください。