



## 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 <https://tsukushinosato.com>

### ★くいチャレ in ファイヤーバーグ★

7月20日(水)に、『ファイヤーバーグ上越富岡店』に行きました。ハンバーグとザンギ(から揚げ)のセット、ハンバーグにお好みのトッピングを乗せるセットなど、様々なメニューがありました。ハンバーグもザンギもボリューム満点で、夏の暑さに負けないくらいのスタミナがついた気がします。参加されたみなさんからは「1000円もしいないでお腹いっぱい食べられるのはいいですね」「おいしかった」など感想をいただきました。

その後は、今年6月にオープンしたばかりの『とろり天使のわらびもち上越店』に行きました。家族用に、プレゼント用にと購入される方もいました。とろりと柔らかい食感がとてもおいしかったです。感染症対策をしっかりと行いながら、またみなさんでくいチャレに行きましょう！



### ★外出レク in いもり池★

- 日 時：令和4年8月17日(水) 11:00~15:00
- 内 容：いもり池とビジターセンターを散策した後、昼食を食べます。その後道の駅あらいのお店で買い物します。
- 持ち物：昼食代、買い物代(各自用意をお願いします)
- 定 員：10人(定員に達した場合はお断りさせていただきます)
- ★申込期限：8月10日(水)まで★

### ◆南新町グループのお知らせ◆

- 日 時：令和4年8月31日(水) 13:30 ~ 14:30
- 場 所：南三世代交流プラザ
- 参加費：100円
- 送 迎：ご希望の方は、申込時にご相談ください。
- ※参加希望の方はつくしセンターまでご連絡ください。



### 🌻第11回 越後ひまわり祭 ご案内🌻

「和・道」医療福祉グループ主催の「第11回 越後ひまわり祭」が開催されます。詳細については、下記QRコードを読み取っていただくか、『越後ひまわり祭』のホームページをご参照ください。また、イベントの一つである『ひまわりマルシェ』ではつくし工房、つくしワークショップスペース、好望こまくさの商品や飲み物を販売しております。そして、会場にお越しくださった方限定でスピードくじを実施します。ぜひお越しください！

#### 『ひまわりマルシェ』

- 期間：令和4年7月30日(土) ~ 8月7日(日)
- 時間：10:00~15:00
- 会場：つくし第2ファームひまわり畑



越後ひまわり祭  
QRコード

### ★つくしセンター利用時のお願い★

上越市内でもコロナウイルス感染者が急増しており、今後も増えることが予想されます。つくしセンターを利用いただく際は「食事は黙食」「会話はマスクをして小さな声で」にご協力ください。また、冷房を使用中でも感染症対策のため、定期的に換気をさせていただきますのでご了承ください。

コロナウイルスの感染状況によって、つくしセンターで行っている「レク」「ランチ」「サークル」「グループ活動」の内容の変更や中止、もしくはお休みとさせていただきます場合があります。ご了承ください。



# つくしセンター 令和4年8月の予定



日	月	火	水	木	金	土
	1	2 ランチ	3 喫茶お休み	4 冷やし中華	5	6 開館
<b>ひまわりマルシェ 7月30日(土)~8月7日(日)</b>						
	軽食の日	ロコモコ丼 ●軽作業		醤油ダレ ●軽作業	軽食の日	ひまわりマルシェに行きましょう!
7	8	9 ランチ	10 喫茶お休み	11 休館 山の日	12	13
休館	軽食の日	冷やし汁 ●軽作業			軽食の日	休館
14	15	16 ランチ	17 喫茶お休み	18 冷やし中華	19	20
休館	軽食の日	夏野菜カレー ●軽作業	いもい池	担々麺風 ●軽作業	軽食の日	休館
					手芸の日	
21	22	23 ランチ	24 喫茶お休み	25 冷やし中華	26	27
休館	軽食の日 テーブルゲームの日	とうもろこしご飯 ●軽作業		醤油ダレ ●軽作業	軽食の日	休館
28	29	30 ランチ	31 喫茶お休み	~休日開館&ひまわりマルシェについて~ 8月6日(土)は、「1日開館」となります。 また、屋近くには希望者の方と『ひまわりマルシェ』に行く予定です。みなさん、ぜひお集まりください。		
休館	軽食の日	冷しゃぶサラダ ●軽作業	南新町グループ			

**テーブルゲームの日**

●日時：8月22日(月) 13:00 ~ 14:00  
●内容：トランプ、オセロ、将棋など

**手芸の日**

●日時：8月19日(金) 10:30 ~ 11:30  
●内容：自分のやりたいものを持ち寄り活動します。

**パソコンの日**

●日時：月に1回、1時間程度  
●内容：文章打ち込み、家計簿の作成など

**★喫茶つくしんぼからのお知らせ★**

火曜・木曜限定で、つくし工房の自家焙煎水出しコーヒーとロールケーキを販売しております。ロールケーキの甘みと、コーヒーの程よい苦みと甘みを、ぜひお楽しみください。

- 水出しコーヒー 200円 (テイクアウトもOK)
- ロールケーキ 150円
- コーヒー&ロールケーキセット 300円

★「レク」等への参加には、《 事前予約 》が必要です。  
★予約開始日は、《 8月1日(月) 》です。

ホームページ Facebook インスタグラム