

# つくしセンターニュース

## ～ドライブレクに行ってきました～

6月21日に、草木や田んぼの新緑を眺めながら三和区方面までドライブに行きました。

お昼是三和区にある『喫茶去(きっさこ)』でランチを食べました。ガクトさんが訪れたお店ということでも有名で、店内にはガクトさんのサインやポスターがたくさん飾られていました。オシャレでレトロな雰囲気の店内でいただく料理はとてもおいしかったです。



ランチ後は三和区の小高い山まで上り、山から見える景色を楽しみました。参加者のみなさんからは「おいしかった」「たくさんの緑の景色を見て癒された」などの感想をいただきました。天候にも恵まれ、ドライブ日和の1日となりました。



## ★まが玉を作ろう★

- 日 時：令和5年7月21日(金) 9:30~13:30(予定)
- 場 所：釜蓋遺跡ガイダンス(上越市大和5-4-7)
- 内 容：上越妙高駅西口にある「釜蓋遺跡ガイダンス」で展示室の見学やまが玉づくり体験をします。

つくしセンター登録者・渡部さんが計画してくださいました！ぜひご参加ください★



その後昼食を食べ、釜蓋遺跡公園内にあるひまわり畑を散策します。(今年、『つくしひまわりにつこりプロジェクト』で新たに植栽した場所です)

- 定 員：8名(先着順)
- 持ち物：まが玉づくり体験代(150円)、昼食代(1,000~1,500円程度)
- 送 迎：希望者は申込時にご相談ください。
- ★締 切：令和5年7月7日(金)まで★

まが玉とは…古代の日本人が身につけていた装飾品の1つです 🍀

### ～当日スケジュール(予定)～

- 10:00 釜蓋遺跡ガイダンス到着、展示室を見学(ガイドさんの説明を聞きながら回ります)
- 10:15 まが玉づくり体験
- 12:00 昼食(大戸屋)
- 13:00 釜蓋遺跡公園北側にあるひまわり畑を散策
- 13:30頃 解散

## ★防災訓練のご案内★

ハウス道芝との合同防災訓練を行います。火災が起きたときにどんな行動をしたらいいのか、この機会にぜひ学びましょう。憩いに来所されている方も参加をお願いします。

- 日時：令和5年7月25日(火) 13:30~

## ◆稲田グループのご案内◆

- 日 時：令和5年7月12日(水) 13:30~15:00
- 場 所：四ヶ所会館
- 参加費：100円
- 内 容：お茶を飲みながら近況などを報告し合います。



# つくしセンター 令和5年7月の予定

日	月	火	水	木	金	土
2	3	4 ランチ	5 喫茶お休み	6 冷やし中華	7	1/8
休館	軽食の日 ★レク・茶話会 申込みスタート	タコライス ●軽作業		醤油ダレ  ●軽作業	軽食の日 ★レク申込み締切	休館
9	10	11 ランチお休み	12 喫茶お休み	13 冷やし中華	14	15
休館	軽食の日	★都合により、 喫茶はお休み ※パン販売は行っ ております。 ●軽作業	13:30~15:00 福田グループ	ごまだし  ●軽作業	軽食の日 10:00~11:00 手芸	休館
16	17	18 ランチ	19 喫茶お休み	20 冷やし中華	21	22
休館	休館 海の日	ちらし寿司 ●軽作業		担々麺風  ●軽作業	軽食お休み まが玉を 作ろう	休館
23	24	25 ランチ	26 喫茶お休み	27 冷やし中華	28	29
休館	軽食の日 13:00~14:00 テーブルゲーム	豚肉の スタミナ炒め ★防災訓練★ ●軽作業	★法人研修のため 12:00 閉館	醤油ダレ  ●軽作業	軽食の日	休館
30	31	●軽食の日…パスタ、ピラフ、牛丼などの軽食やドリンクを提供 ●手芸の日…好きなものを持ち寄って活動します。 ●テーブルゲームの日…トランプやオセロ、どんじゃらなど行います。 ●パソコンの日…希望者はつくしセンターまでご連絡ください。				

## ★つくしセンターご利用の皆さまへ★

- 11日(火)は、都合により喫茶がお休みとなります。  
パン販売、憩いは通常通り行っております。
- 21日(金)は、レクリエーションのため喫茶はお休みとなります。なお、センターの憩いは通常通りご利用いただけます。
- 26日(水)は、法人研修のため『12:00閉館』となります。  
ご迷惑をおかけいたしますが、よろしくお願いいたします。

## ★「レク・お茶会」等への

予約開始日は、《 7月3日(月) 》です。

## ★喫茶つくしんぼからのお知らせ★

7月3日(月)から8月31日(木)までの期間限定で『チョコレートアイス』を販売いたします。

この機会にぜひご賞味ください。  
●チョコレートアイス 110円



発行 地域活動支援センター つくしセンター  
(社会福祉法人 上越つくしの里医療福祉協会)  
〒943-0823 上越市高士町3-2-12  
TEL: 025-521-2860  
FAX: 025-521-2861  
URL: <https://tsukushinosato.com>

