

つくしセンター ニュース



令和8年
2月号

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 上越市高土町3-2-12
TEL:025-521-2860
FAX:025-521-2861
URL:https://tsukushinosato.com



新年会



年始めのレクで、新年会を行いました。昔懐かしい福笑いをして、できあがった顔を見てみんなで笑い合っていました。その後はあたたかいお汁粉を食べ、楽しい1年の始まりとなりました。

みんなでお汁粉、
おいしいね～！



面白い顔が完成したよ！

★登録者感謝デーのご案内★

今年も登録者感謝デーを開催します！食事をしたり、カラオケをしたり、一緒に楽しみましょう！

- 日 時：2月14日（土）11：00～14：00
- 会 場：つくしセンター
- 参加費：無料
- 送 迎：ご希望の方は、事前にご相談ください。

★送迎申込期間★

2月2日（月）～2月10日（火）

～これまでの登録者感謝デーの様子～



職員特製のカレーライス



カラオケ



カードゲーム

11：00～14：00の間は、いつでもカレーは食べられますので、好きな時間においでください！



🔥日帰り温泉のご案内🔥

3月19日（木）、日帰り温泉レクを予定しています。詳細については、つくしセンターニュース3月号にて改めてお知らせいたします。





つくしセンター 令和8年2月の予定



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 パン販売 午前:軽作業	4	5 パン販売 午前:軽作業	6	7 休館
8 休館	9 午後:カラオケ	10 パン販売 午前:軽作業	11 休館 建国記念日	12 パン販売 午前:軽作業	13	14 登録者 感謝デー
15 休館	16 午後:テーブル ゲーム	17 パン販売 午前:軽作業	18	19 パン販売 午前:軽作業 午後:ストレッチ	20	21 休館
22 休館	23 休館 天皇誕生日	24 パン販売 午前:軽作業	25	26 パン販売 午前:軽作業	27 ★職員研修のため 12:00閉館	28 休館

★各種活動について★

参加方法：開始時間までに、つくしセンターにお越しください。

※送迎希望の方は、『活動日の2日前まで』にご連絡ください。

～申込が「不要」な活動～

★ストレッチ[13:30～14:30]

普段使っていない筋肉を、ほぐしませんか？

★カラオケ[13:00～15:00]

一緒に歌って楽しみましょう！

★テーブルゲーム[13:00～14:00]

トランプ、オセロなどの卓上ゲームをします！

～申込が「必要」な活動～

★パソコン[月に1回、1時間程度]

パソコン操作を覚えたい方、何か作りたい方、一緒に取り組みましょう！（随時受付）

★茶話会

今月はお休みです。

★つくしセンター休館日について★

2月27日（金）は、職員研修のため12:00閉館させていただきます。ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いいたします。



★雪による事故・ケガに気を付けましょう★



連日の大雪により道路状況が悪くなっているため、歩いたり運転したりするときは十分気を付けてください。