

# やすらぎ通信

< 7月号 >

平成 26 年 7 月 1 日 発行  
相談・生活支援センターやすらぎ  
〒520-0837  
大津市中庄 1 丁目 15-18  
クレストビル 2F  
TEL: 077-526-7802  
<http://www.tojyukai.com/yasuragi/>

## そうだ祇園祭へ行こう♪

夏の京都の風物詩、一緒に出かけてみませんか？

日時：7月15日(火) 13:00~16:30

☆荒天中止です。

交通費：1,130円(中ノ庄→四条、東山→中ノ庄)

持ち物：飲み物、帽子、タオルなど

申込締切：7月14日(月)16:30まで

集合場所：やすらぎ

集合時間：13:00 やすらぎ集合

16:30頃やすらぎ解散

四条から八坂社まで、  
山鉾を見ながらそぞろ歩きます♪



## ☆ピア相談会☆

ピアとは、仲間という意味です。  
あちこちで相談活動をしているピア  
グループ『Wish』のメンバーが、や  
すらぎで相談会を開きます。  
仲間だからこそ分かり合える、語り合  
える、悩みや生きる知恵。  
お気軽にご相談ください♪

7/8(火) 13時~14時

参加費、申込不要

担当：ピアサポーター2名(女性)



## 7月の予定



### 「気楽にトーク」

知りたいことや気になること、自分の体  
験などを語り合いませんか？

【日にち】7/11(金)、25(金)

【時間】13:30~14:30

【テーマ】7/11「暑さ対策・夏バテ予防」  
7/25「ストレス解消法」

### 「パソコン」



ボランティアの先生に、わからないこと  
を教えてください。

【日時】7/14(月) 15:00~16:00

7/28(月) 13:30~15:00

【内容】先生と参加者で相談。

\*前日 16:30 までに要申込

### 「レディースサロン」



女子限定のサロンです。

【日にち】毎週木曜日

【時間】12:30~16:30

★お菓子作り★

7/10(木) 13:30~15:30

メニュー：「フライパンで作るスコーン」

参加費：100円

申込締切：7/4(金)16:30

★お茶会★

7/24(木)14:00~15:00

お茶しながら雑談しましょう♪

\*参加費、申込不要です

### 「ウォーキング」



脂肪もストレスもこれでスッキリ!

【日にち】7/1(火)、29(火)

【時間】13:30~15:00

### 「ミーティング」



みんなで次の月の予定を決めたり、サロ  
ン運営について話し合ったりします。

【日にち】7/16(水)

【時間】13:30~14:30

### 「掃除&ティータイム」

サロンをきれいにした後、お茶とお菓  
子でほっこりひと息♪

【日にち】毎週金曜日

【時間】15:30~16:15

この時間帯に参加できない方

は、したい役割を選んで  
できる時にしてもOK!



### 「Let's 作業」

紙を折る&切る、ラベル貼り、  
封筒のりづけなど、一緒に楽しく  
作業をしましょう!

【日にち】7/23(水)

【時間】13:30~14:30



## ✧「チーム Find」報告✧

「チーム Find」は、自立を目指す方の  
ための訓練系プログラムです。

詳しくは別紙利用案内をご覧ください。

【利用者状況】6月末現在

正式登録者数：16名

体験利用者数：11名 計27名

\*年齢構成：10代~30代中心です。

【7月のランチメニュー】300円

今月はデザートも充実♪!

7/4(金)「焼鮭と大根の炊き込みご飯  
ルーチ」

7/11(金)「鯖の味噌煮、吸い物  
豆乳きなこわらびもち」

7/18(金)「ざるそば、紅茶パウンドケーキ」

7/25(金)「チャーハン、スープ、コーヒゼリー」

♪新メンバー募集中♪

お問い合わせ、お申込みはスタッフまで。

## ✧田んぼ作業✧

田んぼ体験、秋まで継続決定!

今月は7月10日(木)です

田んぼ作業(草ひきやケモノ柵作り)で  
稲をすくすく育てます。秋になったら、  
できたお米でおにぎりを作って  
みんなで食べましょう♪

<参加費無料>

<日時>毎月第二木曜日 9:30~13:30

※雨天の場合第四木曜日

<要申込>定員6名、先着順です

<集合場所>やすらぎ

<服装>長そで、長ズボン、帽子

汚れてもいい服装で

<持ち物>タオル、飲み物、替え靴下



昼食も必要であれば

各自持参してください

## お知らせ

- ① 7/28(月)は会議のため10:00~12:30 相談はお休みします。
- ② 毎週木曜日は会議のため10:00~11:30 相談はお休みします。
- ③ 7/22(火)14:00~15:00 スペシャルサロン「いけばな」があり  
ます。参加費、申込不要です。