

「翼」 通信

NO.137 2024年 7月

NPO法人 福岡・翼の会
地域活動支援センター「翼」

〒810-0072
福岡市 中央区 長浜1-2-6
天神スカイマンション502
電話092-732-0539 FAX092-725-3633



6/2 NPO法人福岡・翼の会第14回総会・講演会

6/10 アート療法「ゼンタングル」に挑戦しました!

おしぼり検品作業が始まりました!

気温・湿度共にぐんぐん上がり、暑さのピークを迎える時期です。夏の暑さが続くことや、室内と室外の寒暖差などによって自律神経が乱れ、夏バテを引き起こします。『エアコンの温度を適切にする』『運動して汗をかく』『良質な睡眠を取る』『しっかりと水分補給する』などを行い、夏バテを予防しましょう!

- ・3日(水) 交流会 別紙にてお知らせ済み
- ・4日(木)・11日(木)・18日(木)・25日(木) グループワーク 若山 恵先生・18日(木) 失語症リハビリ 若山 恵先生
- ・8日(月)・10日(水)・12日(金)・17日(水)・22日(月) ヨガ・ストレッチ 江頭知絵未先生
- ・9日(火)・24日(水) 音楽療法 武谷暁子先生・23日(火) 脳活タイム 和田 明美先生
- ・26日(金) リハビリ教室 原 麻理子先生

6/14 ヨガ・ストレッチ 深い呼吸で体の中からリフレッシュ!



【7月 予定表】

「翼」開所時間 10:00~14:30

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
	1 作業	2 PC&作業	3 交流会	4 グループワーク	5 作業	6
			 交流会			
7	8 ヨガ・ストレッチ 作業  ヨガ・ストレッチ	9 PC&作業 音楽療法  音楽療法	10 ヨガ・ストレッチ 作業  ヨガ・ストレッチ	11 グループワーク	12 ヨガ・ストレッチ 作業  ヨガ・ストレッチ	13
14	15 海の日	16 PC&作業	17 ヨガ・ストレッチ 作業  ヨガ・ストレッチ	18 グループワーク 失語症リハビリ  失語症リハビリ	19 作業	20
21	22 ヨガ・ストレッチ 作業  ヨガ・ストレッチ	23 PC&作業 脳活タイム  脳活タイム	24 PC&作業 音楽療法  音楽療法	25 グループワーク	26 リハビリ教室  リハビリ教室	27
28	29 作業	30 PC&作業	31 作業			