

ゆいから

2019年12月号

NPO法人ヒーライトネット
アクティビティサポートセンターゆい
(月～金 10:00～16:00)
東京都江戸川区平井5-14-10-3F
(03) 5655-7053
<http://healight-net.or.jp/actyui>

11/23(日) 江戸川区総合体育館

2019 江戸川区ポッチャ交流大会



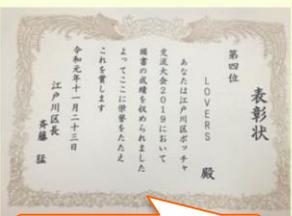
斎藤江戸川区長と。



ソメイティも応援に!



うーん!どっちが近い?



やったー! \ (^o^)/



パラリンピック公式種目ポッチャ。ゆいからは3チーム参加しました。

企業や地域団体も含めた全48チームの中から、LOVERSがなんと4位入賞! 大健闘です♪

日頃の練習の成果が発揮できました。「他チームの投げ方がすごかった」などの声もあり、来年は優勝を狙いに行きたいと思います。



パラアート作品展

江戸川区総合体育館でパラアート作品が展示されています。ゆいから6名7枚の作品を出展。たくさんの方に作品を見ていただく機会となっています。

また、江戸川区スポーツセンター(西葛西)にもパラアート作品が展示され、ゆいからの出展もあります。

ぜひ、みなさん見に行ってください。



<プログラム紹介>

メイク 月2回(月) 14:00~15:30

顔のパックや化粧水を使ってお肌のお手入れ方法を学びます。メイクをして、自分に合ったお化粧を体験します。肌のお手入れ方法を学びます。スキンケアをきっかけに全身のおしゃれや清潔さに関心が持てるようなきっかけを作ります。

肌の傷みが気になりはじめた人、スキンケアに興味がある人、おしゃれやお化粧に関心がある人、もちろん男性も大歓迎です♪



7月のゆいの

ゆいに通っているキラッと光る人を紹介します!

行状



福田 祥一さん

江戸川区ボッチャ交流会に参加。テニス・グラウンドゴルフ・卓球・ボーリングとスポーツ万能! ゆいではスポーツプログラムや麻雀など色々と活躍しています。これからも期待しています!!

<12月の予定>

- ・ 9(月) しまむら 13時出発
- ・ 24(火) 11・12月生まれの誕生会&クリスマス会 13:00~
- ・ 26(木) 年越しそばランチ会 (¥500かかります)

<ゆいの年末年始>

- ・ 12/31(火)~1/ 2(木)までお休みです。
- ・ 12/30(月)10:00~15:00開所
- ・ 1/3(金)10:00~15:00開所



12月 プログラム

2日		3日		4日		5日		6日	
月		火		水		木		金	
訓練	介護	訓練	介護	訓練	介護	訓練	介護	訓練	介護
10:00		10:00		10:00		10:00		10:00	スタッフミーティング
11:00	みんなでしゃべり場	11:00	ヨガ 梅原	11:00	ピアミーティング	11:00	朝活 (飛び出せ!ゴミ拾い)	11:00	
12:00	ランチ会 カレーライス	12:00	ランチ会 そばろ丼	12:00	ランチ会 しょうが焼き	12:00	ランチ会 ちし寿司	12:00	ランチ会 からあげ
13:00	ポッチャ 卓球	13:00	WRAP Ms.	13:00	ポッチャ 音楽 セッション	13:00	アート ネイル 北浦 Dr.	13:00	ハレ イ ホール ハンド メイド 那須院
14:00		14:00	絵手紙	14:00	麻雀	14:00	カラオケ	14:00	カラオケ
15:00		15:00		15:00		15:00		15:00	
16:00	掃除タイム 閉所	16:00	掃除タイム 閉所	16:00	掃除タイム 閉所	16:00	掃除タイム 閉所	16:00	掃除タイム 閉所

9日		10日		11日		12日		13日	
月		火		水		木		金	
訓練	介護	訓練	介護	訓練	介護	訓練	介護	訓練	介護
10:00		10:00		10:00		10:00		10:00	スタッフミーティング
11:00	みんなでしゃべり場	11:00	ヨガ 梅原	11:00	ピアミーティング	11:00	朝活 (飛び出せ!ゴミ拾い)	11:00	
12:00	ランチ会 お弁当(海鮮丼)	12:00	ランチ会 むいどん	12:00	ランチ会 酢豚	12:00	ランチ会 ビーフストロガノフ	12:00	ランチ会 天ぷらうどん
13:00	ポッチャ 卓球	13:00	フラダンス Ms.	13:00	ポッチャ 音楽 セッション	13:00	アート ネイル	13:00	ハレ イ ホール ハンド メイド 那須院
14:00	しま むS メイク	14:00	ストレスケア ゆいアート	14:00	麻雀	14:00	カラオケ	14:00	カラオケ
15:00		15:00		15:00		15:00		15:00	
16:00	掃除タイム 閉所	16:00	掃除タイム 閉所	16:00	掃除タイム 閉所	16:00	掃除タイム 閉所	16:00	掃除タイム 閉所

16日		17日		18日		19日		20日	
月		火		水		木		金	
訓練	介護	訓練	介護	訓練	介護	訓練	介護	訓練	介護
10:00		10:00		10:00		10:00		10:00	スタッフミーティング
11:00	みんなでしゃべり場	11:00	ヨガ 梅原	11:00	ピアミーティング	11:00	たすきがけ 朝活 (ゴミ拾い)	11:00	
12:00	ランチ会 焼うどん	12:00	ランチ会 細子丼	12:00	ランチ会 ハヤシライス	12:00	ランチ会 野菜の天ぷら	12:00	ランチ会 ジャージャー麺
13:00	ポッチャ 卓球	13:00	フラダンス Ms.	13:00	ポッチャ 音楽 セッション	13:00	アート ネイル	13:00	フット サル ハンド メイド 那須院
14:00	クラブ ゴルフ	14:00	WRAP 絵手紙	14:00	麻雀	14:00	カラオケ	14:00	カラオケ
15:00		15:00		15:00		15:00		15:00	
16:00	掃除タイム 閉所	16:00	掃除タイム 閉所	16:00	掃除タイム 閉所	16:00	掃除タイム 閉所	16:00	掃除タイム 閉所

23日		24日		25日		26日		27日	
月		火		水		木		金	
訓練	介護	訓練	介護	訓練	介護	訓練	介護	訓練	介護
10:00		10:00		10:00		10:00		10:00	スタッフミーティング
11:00	みんなでしゃべり場	11:00	ヨガ 梅原	11:00	ピアミーティング	11:00	朝活 (飛び出せ!ゴミ拾い)	11:00	年末イベント
12:00	ランチ会 肉野菜炒め	12:00	ランチ会 クリスマスランチ	12:00	ランチ会 クリームシチュー	12:00	ランチ会 年越しそば(¥500)	12:00	ランチ会 中華丼
13:00	ポッチャ 卓球	13:00	Ms. 11・12月生まれの誕生会 & クリスマス会 (ケーキあり)	13:00	ポッチャ 音楽 セッション	13:00		13:00	年末イベント & ティータイム
14:00	フラダンス メイク	14:00		14:00	麻雀	14:00	カラオケ	14:00	スポーツ ミーティング カラオケ
15:00		15:00		15:00		15:00		15:00	
16:00	掃除タイム 閉所	16:00	掃除タイム 閉所	16:00	掃除タイム 閉所	16:00	掃除タイム 閉所	16:00	掃除タイム 閉所

30日		31日		1日		2日		3日	
月		火		水		木		金	
訓練	介護	訓練	介護	訓練	介護	訓練	介護	訓練	介護
10:00		ゆいお休み						10:00	
11:00	10時~							11:00	10時~
12:00	ランチ会 お楽しみ							12:00	ランチ会 お楽しみ
13:00								13:00	
14:00	~15時							14:00	~15時
15:00		15:00							
16:00	閉所	16:00	閉所						