

そら通信

2025年 🍷 7月号

〒184-0004 東京都小金井市本町2-20-30

TEL : 042-381-6922

FAX : 042-316-4120

開所時間

●お問合せ・電話相談	火	▶ 11:00~19:00
	水~土	▶ 10:00~18:00
●交流室	火	▶ 12:00~19:00
	水~土	▶ 12:00~18:00

7月のお知らせ

(1) プログラム について ※プログラムの参加は予約が必要です

- ① ティータイムミーティング 7月1日(火)
七夕飾りを設置します。季節の和菓子を楽しみつつ、短冊に書いた
願いごとをお互いに伝えあいたいと思います。
- ② 足湯&リラクゼーション 7月15日(火)
この季節、足元からサッパリできて気持ち良いですよ♪
- ③ ゆるゲーム会 7月19日(土)
のんびりとボードゲームやパーティゲームを楽しみましょう♪

- 外出プログラム 7月11日(金)
予約が取れるかどうかで実施場所・内容が変わります。
詳細は交流室の掲示をご確認ください。

(2) レクリエーション について

- ① できたてポップコーン 7月9日(木)
コーンが弾ける様子を眺めつつ、のんびりお過ごし下さい。
- ② スープ&スムージー 7月17日(木)
季節の果物を使った、冷たくて美味しいスムージーが楽しめます！
- ③ 座ってストレッチ 7月22日(火)
椅子に座って無理なく、気持ちよく身体を伸ばしましょう♪

★ ★ ★七夕飾り★

今年も交流室に七夕飾りを設置し
ます(7月8日に片付けます)。

みなさんも短冊に
願い事を書きに
お越し下さいね。



猛暑に負けない！ そら・クール月間

7月1日(火)~ 9月

在庫
ある限り

1 シャツ・クール 的なもの

ハッカオイル入りのスプレーを設置します。
来所時や帰宅時にシャツの上からスプレ-
して下さい。少し多めがオススメ

※ 原料：ハッカオイル・アルコール・水

※ シミや色褪せの心配はありませんが、
自己責任にてご使用下さい。

※ 肌に直接スプレーしても問題ありませんが、
肌の弱い人はテスト
してからお試下さい。こちらも自己責任となります。

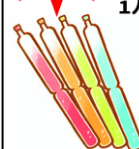


2 チューチューアイス

1人につき、1日に1本限りご提供いたします。

用途は自分次第！

- ・ 2つに割ってかじる
- ・ 上を切って溶けたものを飲む
- ・ 溶けるまで身体を冷やして持ち帰る



こぼれた際の掃除はご協力をお願いします

★ 昼食会のご報告 ★

6月7日に、今期最初の昼食会を実施
いたしました。メニューは「夏やさいの
カレー」と「豆腐のサラダ」、「ヨー
グルト」です。

ひき肉とトマトのカレーに Grill した
夏野菜が添えられ、見た目も美しいカ
レーはたいへん好評でした。おかわり
が続いて、あっという間に完食となり
ました。



アロマの時間

毎週木曜16:00~18:00
レモングラスやユーカリ、オレ
ンジなど、爽やか系のアロマ
を炊いています♪
※オイルがなくなり次第終了

