



地域活動支援センター 9月予定表

日	月	火	水	木	金	土
～おもしろ川柳～ ・熱中症 なのかエアコン 動かない ・寝たら 忘れる 緩い 反省 ・ばきっポキッ ラジオ体操 あちこちで 		1	2 地活職員会議 10:30～12 職員不在です。	3	4	5 麻雀倶楽部 ～10
6	7	8	9	10 あゆみMC 10:30～11:30	11	12 麻雀倶楽部 ～10 カラオケ 13:30～15
休館						カラオケ 13:30～15
13	14	15 手話で話そう 10:30～12	16	17	18	19 麻雀倶楽部 ～10 音楽クラブ 10:30～12 カラオケ 13:30～15
休館						カラオケ 13:30～15
20	21 敬老の日 	22 秋分の日 	23 SST 10:30～12	24	25	26 麻雀倶楽部 ～10 手芸 13:30～15 カラオケ 13:30～15
休館	休館	休館				カラオケ 13:30～15
27	28 音楽クラブ 13:30～15	29	30 茶話会 10:30～11:30	<p>◎プログラムは準備の都合がありますので特に指定のないものはできるだけ<u>前日までに</u> <u>お申し込み下さい。</u>（体調等で当日キャンセルされてもかまいません。） ◎卓球・散歩・Wii等は、随時ご希望に応じて行うことができます。お気軽にお声かけ下さい。 ◎麻雀倶楽部は人数がそろいしだい始めます。</p>		
休館						



交流室のエアコンが故障中です。
しばらく使用できません。

『コロナ・ショック！
島根県内の精神障がい者を
対象としたアンケート』結果を
一部ご紹介します！

【質問】
コロナ・ショックで獲得したもの
(獲得した考え)は何ですか？

コロナの影響でみなさんも色々な不安を感じたと思います。県内の当事者のみなさんは、こんなことを感じて過ごされていたようです。



・家にいても困らず、普通に生活できるが、気分転換ができないので、外出も必要と分かった。

・自分で気をつけるということを学んだ。

・マスクと手洗いの徹底でインフルエンザやノロウイルスの感染が防げそう。

・リモートワークの普及で、障がい者にも雇用が増える気がする。

・人ひとりひとりが協力し合って生活すること。

(島根県精神障がい者支援事業所連絡協議会アンケート より)



☆家ごはん！簡単レシピ☆「やみつきピーマン」

【材料】ピーマン5～10個、シーチキン1缶、鶏がらスープの素、油 ※ごま油でもいい

- ▶ ピーマンは、細切りにして、シーチキンは油をきる
- ▶ フライパンに油(ごま油)をしき、ピーマンを入れて炒める
- ▶ 炒めたらシーチキンを加えて、炒め合わせる
- ▶ 鶏がらスープの素(小さじ1～2)を入れ、まぜ合わせて完成！

めんつゆ、マヨネーズ、しょうゆ、中華味・・・いろいろとアレンジしてね♡

茶話会より・・・

- ・冷蔵庫の使用について⇒1人の人がたくさん入れないでください。
- ・席を離れるときの机の上について⇒10分以上離れるときは、片づけてください。持ち物の管理はご自分でお願いします。
- ・空気の入替えについて⇒換気時間を掲示します。ご協力をお願いします。

おねがいします♡



9月生まれの有名人

戸田 恵子 (とだ けいこ)

1957年9月12日生まれ。女優、声優、ナレーター。「ショムニ」「ちゅらさん」等のTVドラマに出演し、名脇役として知られる。ただ、声優としての知名度が圧倒的である。「それいけ！アンパンマン」のアンパンマン役、「ゲゲゲの鬼太郎」の鬼太郎役ほか、洋画の吹替作品も多数。



8月の答え



頭の体操コーナー <なぞなぞクイズ編>

- ① 「？」に入る食べ物は何？ $5 \div 2 = ?$
- ② 島の中に動物が6匹います。なんていう動物？
- ③ 車につけると乗り物になる書物とは？
- ④ ひもに絡まって遊ぶ鳥ってどんなとり？
- ⑤ 夏が終わると、他の県に行ってしまう犬の種類は何？

