



砥部町地域活動支援センターひとやすみ 9 月予定表 (2024 年度)

日	月	火	水	木	金	土
1 休み	2 PM 閉所	3 PM 閉所	4 PM 閉所	5 休み	6 PM 閉所	7 PM 閉所
残暑が厳しいため、9/2～9/7 は引き続き午前（10：00～12：00）のみの開所とさせていただきます。 ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力の程よろしくお願いたします。9/9(月)より平常開所の予定です。						
8 休み	9	10 ひとやすみ カフェ	11	12 休み	13	14
15 休み	16 休み 敬老の日	17	18 ソーシャル クラブ	19 休み	20	21 夕涼み会 打ち上げ会 ハートピアみなみ にて 13 時～開所
22 休み 秋分の日	23 振替休日	24 簡単 クッキング	25	26 休み	27	28
29 休み	30	(お知らせ)10月12日(土) 南風会 20周年記念行事を開催します！ お楽しみに♪				

プログラムがない日は自由に過ごして下さいね。参加したいプログラムがあればスタッフに声を掛けてください。
電話でもメールでも OK です！プログラムの参加者は 10 名程度を予定しています。
準備の都合上 8 月 31 日までに連絡して下さいね。(プログラムは予告なしに変更する事があります)

日付	内容	時間	場所	備考	×切	参加費
10 (火)	ひとやすみ カフェ	11：00～ 12：00	ひとやすみ	美味しいパンとお茶でほっと一息つきませんか？ 最近楽しかったこと、気になっていること、悩みなど、何でも 気軽にお話ししましょう♪	9/3 (火)	200 円
18 (水)	ソーシャル クラブ	9：30～ 15：00	松山市 堀江町	ソーシャルクラブ主催でバスに乗って町外の事業所「ベーカリー カフェ La luce」の見学に行きます。「みきゃんパーク」にも 行きますよ♪ 詳細はチラシをご覧ください。申し込みはひとや すみまで。ひとやすみは閉所です。	9/6 (金)	昼食代 1000 円 程度
21 (土)	夕涼み会の 打ち上げ会	17：00～ 19：30	高島屋 ピアガーデン	夕涼み会では沢山の皆様の御協力ありがとうございました！ 3 事業所合同で打ち上げ会をします。詳細はチラシをご覧ください。 ひとやすみは閉所です。13：00～ハートピアみなみにて開 所しますので遊びに来てね♪	9/4 (水)	自己負担金 2000 円
24 (火)	簡単 クッキング	10：00～ 12：30	ひとやすみ	秋のワンプレートランチを作ります。簡単にできるメニ ューなので初心者の方も大歓迎！ エプロンと三角巾を持参してください。	9/20 (金)	300 円
毎週 (火) (水)	保健師さんに 聞いてみよう	10：00～ 12：30	ひとやすみ	保健師のスタッフが、食事や健康、生活に関することなど にお答えします！気軽にお越しください。 予約はいりません。	無し	無し



(連絡先) 〒791-2120
伊予郡砥部町宮内 1404-1 Sステージビル2階
Tel. Fax 089-904-1306
✉ hitoyasumi@aqr.e-catv.ne.jp
(開所日時) 月火水金 10：00～17：00
土 10：00～16：00
(お休み) 木・日・祝日・お盆・年末年始





砥部町地域活動支援センター **ひとやすみ** 10月予定表 (2024年度)

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3 休み	4	5
6 休み	7	8	9	10 休み	11 Zoomで 交流会 PM 閉所	12 南風会 20周年 記念イベント 閉所
13 休み	14 休み スポーツの日	15	16	17 休み	18 おやつ作り	19
20 休み	21	22	23 秋の散歩	24 休み	25	26
27 休み	28	29	30 簡単 クッキング	31 休み		

プログラムがない日は自由に過ごして下さいね。参加したいプログラムがあればスタッフに声を掛けてください。
電話でもOKです。準備の都合上、切日までに連絡して下さいね。(プログラムは予告なしに変更する事があります)

日付	内容	時間	場所	備考	×切	参加費
11 (金)	Zoomで 交流会	13:00~ 15:00	ハートピア みなみ	愛媛県精神保健福祉協会主催の交流会です。 オンラインでゲームやレクリエーションをします♪ 参加に伴い、ひとやすみは午後閉所となります。 13時までハートピアみなみに集合。	10/9 (水)	無し
12 (土)	南風会 20周年 記念イベント	12:00~ 14:00	見奈良 天然温泉 利楽	南風会設立 20周年を記念して、会食と記念セレモニーを開催します！無料送迎バスをご用意しています。 お気軽にご参加ください♪ 詳細はチラシ参照。 ひとやすみは閉所です。	9/25 (水)	1000円
18 (金)	おやつ作り	13:30~ 15:30	ひとやすみ	パンプキンパイを作ります♪ 簡単なので初心者の方のご参加もお待ちしています♪ エプロンと三角巾を持参してください。	10/15 (火)	200円
23 (水)	秋の散歩	10:00~ 12:30	えひめ こどもの城	「えひめこどもの城」に行き、ウォーキングしながら秋を満喫しましょう♪ 園内のレストランで食事をします。10時にひとやすみに集合してください。	10/16 (水)	食事代 600円 ~
30 (水)	簡単 クッキング	10:00~ 12:30	ひとやすみ	いろんな具材を挟んで「おにぎらず」を作しましょう♪ 美味しいみそ汁も作ります♪フルーツ付き♡ エプロンと三角巾を持参してください。	10/25 (金)	300円
毎週 (火) (水)	保健師さんに 聞いてみよう	10:00~ 12:30	ひとやすみ	保健師のスタッフが食事や健康、生活に関することにお答えします。お気軽にご参加ください♪ 予約はいりません。	無し	無し



(連絡先) 〒791-2120
伊予郡砥部町宮内 1404-1 Sステージビル2階
Tel. Fax 089-904-1306
✉ hitoyasumi@acr.e-catv.ne.jp
(開所日時) 月火水金 10:00~17:00
土 10:00~16:00
(お休み) 木・日・祝日・お盆・年末年始

