

7月の予定

月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat	日 Sun
				1 ㊦ふれにあタイム	2 ⓪	3 Sunday! 自由な日
4 ㊦パソコン講習 夕食会	5 ㊦ヨーガ	6 ⓪	7 ㊦はるえゼミ 夕食会	8	9 ⓪	10 Sunday! 自由な日
11 夕食会	12	13 ⓪	14 夕食会	15 ㊦ふれにあタイム	16 ⓪	17 Sunday! 自由な日
18 ⓪	19 ㊦ヨーガ	20 ⓪	21 ㊦はるえゼミ 夕食会	22	23 ⓪	24 ㊦家族相談会
25 カレーの日	26	27 ⓪	28 夕食会	29 はるえ野夏祭り	30 ⓪	31 Sunday! 自由な日

§ PC 講習
…第1・3月曜午後

§ ヨーガ療法
…第1・3火曜午後
§ はるえゼミ 2016
…第1・3木曜午後
§ ふれにあタイム
…第1・3金曜午後

夕食会

[パソコン教室]

初心者の方も経験者の方も気軽にご参加いただけます。
文字入力やインターネットなど先生と一緒に体験しましょう。

[身体とところをいやす]

参加費 100 円、ご希望のかたははるえ野までお申込みください。
[ACT-J から学ぶ日] 7/7 (木) 13:30 から 15:00

テーマ【ACT とは 事例を通して】

[スイーツ作りをしよう!]

7/1 (金) 13:30 から 15:00

[カラオケ&かき氷] 7/15 (金) 13:30 から 15:00

みんなで楽しい時間を過ごしましょう。

毎週月・木曜の夕食どき

毎月最終月曜はカレーの日 ㊦¥100!

地域活動支援センター はるえ野

☎ 03-5664-6070 FAX 03-5664-6071 相談専用回線 03-5664-6072 (登録者用)

URL www.soteria.jp ✉ info@soteria.jp 東京都江戸川区春江町 2-41-8

開館の時間: 10:45-19:00 (月・木) 10:45-17:00 (火・金・日)

※毎週水・土 および祝祭日は休館

2016

はるえ☆たより Jul

☆☆はるえ野 夏祭り！！☆☆

【日時】 7月29日（金） 12:00から16:00

【場所】 地域活動支援センターはるえ野 敷地内

今年もはるえ野では夏祭りを開催します！

☆クレープ ☆かき氷 ☆グラノーラ ☆焼きそば ☆ボーリングコーナー
などなど用意しております。

出店の他にも施設紹介コーナーや相談ブースも設置する予定になっております。

そして、あの江戸川区公式キャラクターも登場します！！

はるえ野 夏祭り で夏を楽しく過ごしましょう！！！！



ヨーガ教室

7月5日（火） 12:30 から 14:00

※開催時間がいつもと異なります

場所 東部区民館 集会室 けやき

7月19日（火） 13:30 から 15:00

場所 東部区民館 スポーツルームB

はるえゼミ2016

毎月第1週の木曜日は ACT-J の方々にお越しいただき毎月様々なテーマでお話しいただきます。

第2回 7/7（木） 13:30-15:00

テーマ「ACT とは 事例を通して」

場所：はるえ野 交流室



ふれにあ本舗からのお知らせ

金曜日 13時半から 15時のプログラムはふれにあタイム！“みんなで楽しく過ごすこと”を目的に活動しています♪

7月1日（金）

「スイーツ作りをしよう！」

ヨーグルトとフルーツを使ったスイーツを作りましょう♪

7月15日（金）

「カラオケとかき氷」



はるえ陸上サークルからのお知らせ

今月の活動日は以下の通りです

7月12日（火） 13:30 はるえ野集合

【1キロマラソン！】

7月26日（火） 13:30 はるえ野集合

【ウォーキング！】

サークルの参加者また、リーダーになってくれる方！絶賛募集中です！！



〇〇〇プログラムに関するお知らせ〇〇〇

【プログラム実施日】

第1・3週の13時半から15時まで