



〈発行〉知的障害者援護施設 すまいる
 〒182-0032 調布市西町 290-4
 TEL042-481-7723 fax042-481-7074

7月の予定

日	曜	予定	パン販売	見学者・実習生・その他
1	木			社会事業大学 実習生
2	金		花園(配達)	
3	土			
4	日			
5	月	本人会		
6	火			
7	水	早帰り・細菌検査×切		
8	木	身体測定		
9	金			
10	土			
11	日			
12	月	カウンセリング		
13	火			
14	水	こころリフレッシュ		
15	木	聖火リレー交通規制		
16	金		花園(配達)	
17	土			
18	日			
19	月	リフレッシュ午後一番 15:00	かしわ園	
20	火	給与支給日	グランダ深大寺(販売)	
21	水	早帰り・細菌検査×切		
22	木	海の日		
23	金	スポーツの日		
24	土			
25	日			
26	月	リフレッシュ午後一番 15:00	販売休み	↓
27	火			
28	水			
29	木			
30	金		花園(配達)	
31	土			

※コロナウイルス感染状況により変更になる場合があります。

※7月のカウンセリングご希望の方は、**9日(金)**までにお申し込みください。



すまいるでのコロナ対策について



いつも、マスクの着用を始めとした感染予防に努めて頂き、誠にありがとうございます。

緊急事態宣言は解除されましたが、引き続き感染予防対策として、マスクの着用、人との距離感、手洗いうがいを継続して行っていきましょう。

今後のコロナ状況は予測できませんが、『今できること』を常に考えながら皆で楽しく前向きに日々を過ごせていけたらと思っています。

ねっちゅうしょうよぼう 熱中症予防をしましょう

7月からは、たいようのひざしにもきをつけましょう。マスクをつけることがおおいからこそ、こまめにおちゃなどを飲んで、ねっちゅうしょうにならないようにきをつけましょう。

こころリフレッシュ活動

6月3日(木)、映画鑑賞、リラックス、スポーツと3グループに分かれてこころリフレッシュ活動を行いました。

コロナウィルスの影響でストレスを溜め込んでしまうこともある中で、久しぶりに思い思いに過ごすことができたのかなと思います。元気に体を動かして汗を流したり、体をストレッチし音楽を聴きながらゆっくり過ごしたり、楽しい映画を見て笑ったり、久しぶりに皆が皆ゆっくりした時間を共有することができました。

ほりで一ぷらん サッカー教室

6月19日(土)、26日(土)にFC東京主催のサッカーイベントがありました。すまいるからも参加の希望があった方々が楽しく体を動かしました。初心者でも参加しやすく、皆さん気持ちよさそうに汗を流していました。



けんこうじきのき 健康に梅雨時期を乗り切ろう

梅雨の季節は、とても体調を崩しやすい気候になっています。

そこで大切なのが「食事」「睡眠」「運動」に気を付けることです。梅雨のジメジメした

気候に負けず、元気に過ごしましょう。

