



あかもん

タイムズ



令和3年度を振り返って・・・

長かった冬も終わり、ようやく心待ちにしていた春がやってきました。コロナウイルスに対する対策が欠かせない日々が続いておりますが、大きなトラブルもなく1年を過ごすことができたのも皆様の温かいご支援のおかげでございます。心から感謝申し上げます。

来年度も皆様にとって利用しやすいあかもんを職員一同目指してまいります。



あかもん職員一同



＜令和4年度からの職員体制＞

管理者・施設長：竜門 久貴

常勤職員：伊藤 晶子

非常勤職員：盛田 夏葉（月、火、水、金）

岡 萌（第1、3、5木曜）

浅井ひとみ（第2、4木曜）

傳田 芳子（不定期）



＜プログラムのお知らせ＞

4月から第3水曜日は「リラックス体操」のプログラムを行います。ゆる～く体を動かしてリフレッシュしましょう♪



○×クイズ「運動について」より

問題 運動には気持ちを前向きにする効果がある。



答え ○ 最近、脳と運動のつながりが再認識されています。ウォーキングのような有酸素運動は、カウンセリングやリラクゼーションと同じくらい気持ちを前向きにする効果があるそうです。ごく軽い運動でも、認知や記憶力を正常に保つことが期待できるとか。ただし、激しい運動で苦痛を感じるとストレスとなり逆効果なのでご用心を！

＜あかもんタイムズ＞ 発行所：あかもん

〒460-0011

名古屋市中区大須 4-10-85 山村ビル 1 階
052-253-5845 / FAX : 052-253-5856

E-Mail : chikatsu-akamon@mutsumi-f.jp



あかもんホームページ

<https://www.mutsumi-f.jp/akamon/>

2月、3月のプログラムより



創作活動「節分飾り」



創作活動「ひな祭り飾り」



創作活動「季節の絵手紙」



< スタッフの小言～今回のテーマは好きなキャラクター～ >

リラックマ
すみっぐらし

(AIさん)

スヌーピー
ジバニャン

(KIさん)

ドナルドダック
ティガー

(TIさん)

ハルク
ほいせんまん

(YDさん)

スヌーピー
ジジ

(MOさん)

— 4月のプログラム（お知らせ） —

- ① 開所時間・・・10:30～18:00
- ② 受け入れ上限人数・・・11名（1回当り）
（多目的室8名、休養室1名、相談室2名）

※1回当りの受け入れ人数に限りがあるため、来所前にあかもんの状況（来所者数）を確認されたい方は、お電話をいただければお伝えいたします。

- ③ 新規利用者受け入れ
- ・見学者：午前・午後とも受け入れ
- ・体験者：受け入れは1日1人



<4月の創作活動（2回）>

4月4日（月）は、「さくら飾り」、15日（金）は、毎月恒例の「季節の絵手紙」になります。ぜひ、ご参加ください。



<4月のDVD鑑賞（2回）>

4月12日（火）は「Fukushima 50」を、25日（月）は「劇場版ヴァイオレット・エヴァーガーデン」を上映します。ぜひ、ご参加ください。

※DVD鑑賞は事前に予約が必要になります（定員に空きがあれば当日参加OKです）。

