第 165 号



## ふらっとは新潟市からの補助を受けて運営しております

発行日 平成 30 年7月 25 日

社会福祉法人新潟しなの福祉会 地域生活支援センター「ふらっと」

**〒**951-8142

新潟市中央区関屋大川前1丁目2番28号

TEL 025(265)5958 FAX 025(265)5948

相談専用 TEL O25(265)5957

E-Mail: furatto@chive.ocn.ne.jp

URL: http://www.shinano-niigata.sakura.ne.jp/

### ☆休館のお知らせ☆

8月13日(月)~15日(水)は、夏季休暇のため休館させていただきます。

● ● 8月 ふらっと予定 ● ●

☆毎週第1土曜日開催

●茶話会・・・・・

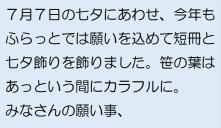
4日(土) 13:30~ 地域交流室にて(女性のための茶話会です)

☆毎月第3土曜日開催

●昼 食 会・・・・

18日(土) 当日10:30までにお申し込みください。

## 星に願いを…



叶いますように!



## 二一个成员目記



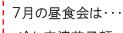
例年にない早さでの梅雨明け、そして猛暑! 今年の夏は本当に暑いですね。(毎年同じことを言っている気がしてしまいますが…)

そんな暑い夏の味方! 今年も前後援会会長 関川さんからゴーヤ の苗をいただきました。



かわいらしい黄色い 花がところどころ咲 いており、夏らしさを 彩っています。

# ふらっとでの一コマージに



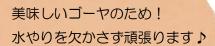
・冷し麻婆茄子麺

・水菜サラダ

·野菜たっぷりカレースープ

・アイス

暑い日にぴったりのメニューで、 美味しく頂きました☆







# が、つか、 新潟しなの福祉会 夏まつりが、つか、



毎年恒例!今年も新潟しなの福 祉会は夏まつりを開催します。 いろんな出店やイベントを企画 しています!

皆様お誘い合わせのうえお越し ください(^^)

今年はこのポスターが目印です よ♪





ステージイベント		
11 : 00	開会の挨拶	駐車場
	関屋六階節保存会 (太鼓)	駐車場
		(雨天:喫茶ギャラリーあどばんす)
11 : 30	民謡あだち会(民謡)	あどばんす2階
14 : 00	ピンゴ☆会	駐車場 (雨天: 喫茶ギャラリーあどばんす) -等!   13 51 48 35   17   4 8 67 5   17   62 3 × 23 45   52 14 42 49 65   52 14 42 49 65
14 : 40	社会福祉士パフォーマーKAZUMA	駐車場 (雨天: 喫茶ギャラリーあどばんす)
15 : 00	閉会の挨拶	駐車場

終日イベント		F ()
11:00~15:00	プラバン工作	ふらっと
	ワンコインランチ	喫茶ギャラリーあどばんす
11:00~15:00	模擬店	駐車場
	バザー※太鼓演奏後、販売開始	駐車場(雨天:ふらっと)

# クイスラリー開催!

今年もやります! まつり会場をまわってクイズに答えると あどばんすのおいしいクッキーをプレゼント!! 皆さん、ふるってご参加ください!

### 日々のくらし。日々のあいまに。

高温多湿の新潟の夏!毎日毎日とても暑いですね。記録的な暑さです。みなさん、熱中症対策されています か。症状として『めまい・頭痛・吐き気・身体のだるさ・手足のしびれ・けいれん』など。予防として『水分 をこまめにとる・塩分を程よくとる・エアコン、扇風機を使って睡眠環境を整える。バランスの良い食事をと り丈夫な体を作る』。もし「熱中症かな?」と思った時①すぐに医療機関へ相談、または救急車を呼ぶ。②涼 しい所へ移動する。③衣類を脱がし体を冷やして体温を下げる。④塩分や水分を補給する。などが重要だそう です。(~なるほど!!)

日々のくらしは、衣





体調の管理と無理のない生活を

心がけたいと思っています。そして日々のあいまに、それぞれ楽しい事をしましょう。私は美術館に行っての んびりと時間を過ごしたいと思います。

みなさん、ぜひふらっとにいらしてゆっくりゆったり過ごしてくださいね。