

努力も手間も
厭わない
所長 大井典子

紫外線から
お肌を守ります
辻野美香

令和5年度 蜜柑日和スペシャル 職員一同 春の所信表明(?)

ゆる〜く
筋トレしよつかな
畑野真未

身体が喜ぶような
ことをしようと
思います
宮崎明子

単独立山登頂
今年も行ってこ！
嶋田幸枝

何事にも先延しをせず
「すぐする人」に
なる努力をする
中野真樹子

「今年度も利用者の
皆様と一歩ずつ前に
進みたいと思います。」
澤井真由美

ねこみみの会

保護ねこ譲渡会のお知らせ

4月23日(日)氷見市 B&G 海洋センター(会議室)
10時~15時

興味のある方は「ねこみみの会」Instagram・フェイスブックからお問い合わせください



フードバンクとやま様 仙納さん 大泉寺さま 島田さま 坂田さま 橘さま 澤井さま
佐賀さま 小森さま 斎藤豆腐店さま 越田さま

〒933-0018 富山県高岡市高陵町 8-49

☎0766(23)5409 fax0766(73)7523

就労継続支援 B 型事業所

特定非営利活動法人 憩いの家

2023.4 憩いの家だより4月号



3月3日(金)に高岡市危機管理課の要請を受けて
令和4年度の災害避難訓練を実施しました。

この地域は、水害時の予想浸水は3mになります。
今回は洪水になった時の指定緊急避難所がどこにあ
るか、どの道を使って行けばよいかを体験しました。

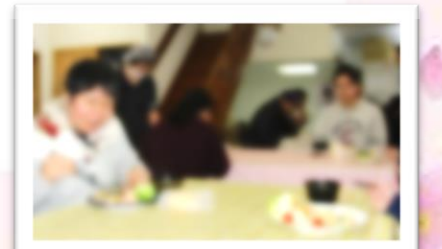


避難先は高岡市立高陵中学校。

幸いにも憩いの家から歩いてすぐの場所にあります。
今回はみなさんお散歩感覚での訓練でしたが、この経
験こそがイザという時に生かされるのだと感じました。



この日はひなまつり昼食会も開
催され、アルパーゼのランチをい
ただきました。みんなで春を迎え
ることができて良かったです。



アルパーゼからありがとう

クロックカフェアルパーゼは「るるぶ情報版'24富山
立山黒部五箇山白川郷」に掲載されました。

おかげさまでお客様が増え、忙しくさせていただ
いています。あなたのお越しもお待ちしております。

PayPay
ペイペイ使えます

土日祝は
休んで
ます！



憩いの家だより 4月号

日	月	火	水	木	金	土
						1 午前のみ作業 午後：リラックスタイム ゲーム・お針子・お菓子
2	3	4	5 一日作業  希望者は10時から 地域のかたと 桜ウォーキング	6  7 一日作業 アルパーゼスペシャル ランチ 午後から希望者 古城公園 お花見散策		8 休み
9	10	11	12 一日作業  午後から希望者 体育部	13 一日作業 	14	15 午前のみ作業 午後：リラックスタイム ゲーム・お針子・お菓子
16	17	18 一日作業 15:15～憩いの家 運営会議	19 一日作業  希望者は14時から アルパーゼに 行こう！	20 	21	22 休み
23 30	24	25	26 	27 一日作業  午後 社会参加活動日	28 給料日	29 昭和の日

竹林会 おうちマークの日 休会中

外部からの販売のごあんない
おなだでもお越しください！

南砺市より中田農園さん
水耕栽培レタス
水曜あさ9:30頃

八尾町より愛和報恩会さん
野菜・自家製だんご・味噌
木曜ひる12:30頃

体育部 部員募集中 何をするかは みんなで決めよう

体育部は4月12日(水)
社会参加活動日は4月27日(木)

ゲームや手芸、ゆったり
やっています。ぜひ一緒に時間を
過ごしましょう。



高岡古城公園 お花見散策 一緒に行きませんか



加賀前田家当主、前田利長が築いた高岡城の城跡。総面積の3/1が水郷の全国でも珍しい公園です。桜はソメイヨシノを中心に1800本が咲き乱れ、水面に映る桜が一層の美しさを引き立たせます。夜にはぼんぼりが灯り、夜桜を美しく彩ります。

5日(水) 午前：地域の方と一緒に散策
7日(金) 午後：憩いの家希望者で散策



アルパーゼに行こう

4月19日(水)
憩いの家14時出発

作業の息抜きに出かけてみませんか？
気の合う仲間とおしゃべりするのも楽しいですよ！



4月7日(金)アルパーゼ 春のスペシャルランチ お楽しみに♪

前回の3月3日(金)は
おひなさま
ランチでした♪
美味しかったです



ある日の憩いの家

行ったことないけど

嶋田職員：きのう、家族のお祝いで

すし食いねえに行ってきた。

大井所長：はま寿司も人気だけど、そこも

いつもたくさんお客さんいるよね。

嶋田職員：初めて行ったんですけど、

美味しかったです。

中野職員：でも、あそこ高いんですよね。

カウンター席に座ったんですか？

嶋田職員：家族だったから、ボックス席に。

中野職員：あそこボックス席、いいですよ。

その日、何が美味しかったです？

嶋田職員：美味しいマグロよかったですよ。

大井所長：中野ちゃん、よく行くんだね。

中野職員：行ったことないです。

