

# ゆいネット

2021年1月号

NPO法人ヒーライトネット  
アクティビティサポートセンターゆい  
(月～金 10:00～16:00)  
東京都江戸川区平井5-14-10-3F  
(03) 5655-7053  
<http://healight-net.or.jp/actyui>

あけましておめでとうございます

昨年はコロナ禍で振り回された一年でした。たくさんの方のご協力のもと何とか過ごすことができました。ありがとうございました。

新しい年を迎え、今年も職員一同頑張っていきます。今年もどうぞよろしくお願ひいたします。

センター長 久保田 彩子

## メリークリスマス＆ ハッピーバースデー

2020.12.24

今年は辛い我慢の一年だったので「楽しいこともなくっちゃね！」クリスマスソングの流れる中でくじ引き大会、その後ギター生の演奏でバースデーソングを歌い、11・12月生まれのお誕生日会をしました。

らぼラトリエさんのおいしいケーキ  
& ゆいのギタートリオ



窓にキットパスで  
(アートプログラム)



感染症対策はバッチリ!



HAPPY BIRTHDAY!



くじで当たったよ～!



来年は良い年になりますように...





## <プログラム紹介>

**ネイル** 月2回(木)13~15時

ささくれや二枚爪など、爪周りのお悩みはありませんか？爪を磨いてもらったり、保湿オイルを塗ってもらいネイルケアをします。男性にもおすすめです。

また、豊富な色の中からマニキュアを選び、塗ってもらうことができます。

爪のお手入れ方法を学んだり、指先をきれいにすることをきっかけに、身なり全身のおしゃれや清潔感を身に付けましょう！

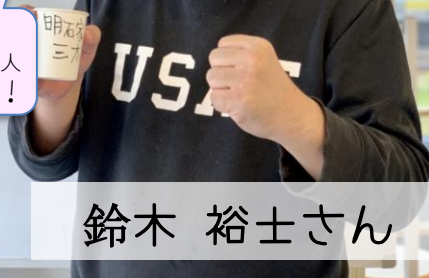


ゆいの  
ゆいの

イチオシ



ゆいに通う  
キラッと光る人  
を紹介します！



鈴木 裕士さん

「僕は目立ちたがりの性格です」と言う鈴木さん。ゆいでの楽しみは①カラオケで歌うこと②利用者さんやスタッフと話すこと③ユーチューブでドリフを見ること④ランチがおいしいこと等、沢山のプログラムに参加しながら人気者になるのを目指しています。

スポーツも大好きで、特に空手は6年間習い、初段の腕前。ラグビーや剣道、ブラジリアン柔術もやっていたとのこと。休みの日はテレビでスポーツ観戦をして過ごしています。体は大きく力持ちだが、気は優しい鈴木さんです。

## <ゆいの年末年始>

- ・ 12/30(水)~1/3(日)までお休み
- ・ 1/4(月)10:00~通常

## <1月の予定>

- ・ 4(月) 初詣(平井諏訪神社) 13:00~14:00(ハイエース)
- ・ 26(火) しまむらへ行こう! 13:00~14:30
- ・ 28(木) ヘアカット(平井アップローズ) 13:00~15:00



# 1月のプログラム

※5(火)ヨガ、15(金)那須院、22(金)ハンドメイドはお休みです。

4日 月		5日 火		6日 水		7日 木		8日 金									
訓練	介護	訓練	介護	訓練	介護	訓練	介護	訓練	介護								
10:00		10:00		10:00		10:00		10:00	スタッフミーティング								
11:00	ピアMT	11:00		11:00	ポッチャ	11:00		11:00	ゴミ拾い カラオケ								
12:00	ランチ会 チキンカレー		12:00	ランチ会 ポークビーンズ		12:00	ランチ会 鶏のかさ揚げ		12:00	ランチ会 ハヤシライス							
13:00	初詣	消毒	13:00	消毒タイム		13:00	消毒タイム	音楽 セッション	13:00	アート	消毒	北浦DR	13:00	消毒	ハンドメイド	那須院	
14:00		麻将	14:00		絵手紙	14:00	ティータイム		14:00	カラオケ		麻将	14:00	ハンドメイド	那須院	ティータイム	
15:00	掃除タイム		15:00	掃除タイム		15:00	掃除タイム		15:00	掃除タイム		15:00	掃除タイム		15:00	掃除タイム	
16:00	閉所		16:00	閉所		16:00	閉所		16:00	閉所		16:00	閉所		16:00	閉所	
11日 月		12日 火		13日 水		14日 木		15日 金									
成人の日 (ゆいお休み)		10:00		10:00		10:00		10:00	スタッフミーティング								
		11:00	ヨガ	11:00		11:00		11:00	ゴミ拾い カラオケ								
		12:00	ランチ会 鶏と白菜の炒め煮		12:00	ランチ会 豚バラ大根		12:00	ランチ会 ししゃもの南蛮漬け		12:00	ランチ会 ミートソース					
		13:00	消毒タイム		13:00	消毒タイム	音楽 セッション	13:00	アート	消毒	13:00	消毒	ハンドメイド	那須院			
		14:00		ゆいアート	14:00	ティータイム		14:00	カラオケ		14:00	ハンドメイド	那須院	ティータイム			
		15:00	掃除タイム		15:00	掃除タイム		15:00	掃除タイム		15:00	掃除タイム		15:00	掃除タイム		
		16:00	閉所		16:00	閉所		16:00	閉所		16:00	閉所		16:00	閉所		
18日 月		19日 火		20日 水		21日 木		22日 金									
10:00		10:00		10:00		10:00		10:00	スタッフミーティング								
11:00	ピアMT	11:00	ヨガ	11:00		11:00	たむしがけ	11:00	朝活(ゴミ拾い) カラオケ								
12:00	ランチ会 お楽しみ♡		12:00	ランチ会 お楽しみ♡		12:00	ランチ会 お楽しみ♡		12:00	ランチ会 お楽しみ♡							
13:00	消毒	フラダンス	13:00	WRAP	消毒タイム	13:00	消毒	音楽 セッション	13:00	消毒	ハンドメイド	那須院					
14:00	ポッチャ	麻将	14:00		絵手紙	14:00	ティータイム		14:00	カラオケ	ネイル	麻将	14:00	ハンドメイド	那須院	ティータイム	
15:00	掃除タイム		15:00	掃除タイム		15:00	掃除タイム		15:00	掃除タイム		15:00	掃除タイム		15:00	掃除タイム	
16:00	閉所		16:00	閉所		16:00	閉所		16:00	閉所		16:00	閉所		16:00	閉所	
25日 月		26日 火		27日 水		28日 木		29日 金									
10:00		10:00		10:00		10:00		10:00	スタッフミーティング								
11:00	ピアMT	11:00	ヨガ	11:00		11:00		11:00	ゴミ拾い カラオケ								
12:00	ランチ会 お楽しみ♡		12:00	ランチ会 お楽しみ♡		12:00	ランチ会 お楽しみ♡		12:00	ランチ会 お楽しみ♡							
13:00	消毒	フラダンス	13:00	消毒タイム	しまむら	13:00	消毒	音楽 セッション	13:00	消毒	ハンドメイド	那須院					
14:00		麻将	14:00			14:00	ティータイム		14:00	カラオケ	ネイル	麻将	14:00	ハンドメイド	那須院	ティータイム	
15:00	掃除タイム		15:00	掃除タイム		15:00	掃除タイム		15:00	掃除タイム		15:00	掃除タイム		15:00	掃除タイム	
16:00	閉所		16:00	閉所		16:00	閉所		16:00	閉所		16:00	閉所		16:00	閉所	

- ※人数の多いプログラムは2部制になる場合があります。
- ※コロナの状況により、プログラムが変更・取消になることがあります。
- ※週に1回看護師による健康相談があります。