

あくせすカレンダー



発行 地域生活支援センターあくせす
〒192-0904 八王子市子安町 3-6-7
サザンエイトビル3F
TEL: 042 (631) 1022
発行日 2023(令和5)年 11月 25日

☆あくせすの開所日☆ ※木曜日・祝日はお休みです

<電話相談他> 平日: 午前10時～午後6時 第1・3日曜日&第2・4土曜日午前10時～午後4時

<交流コーナー> 平日: 午前12時～午後6時 第1・3日曜日&第2・4土曜日午前10時～午後4時

2023年12月

日	月	火	水	木	金	土
1月のカレンダーは裏面にあります。					1	2 休み
3	4	5	6 シニア's Cafe 50歳以上の方だけが利用できる日です	7 休み	8	9
10 休み	11	12	13 ABCグループ プログラム対象者だけが利用できる日です	14 休み	15	16 休み
17	18	19	20 みんなでトーク 午後2時～午後3時	21 休み	22	23
24 休み	25 	26	27 ABCグループ プログラム対象者だけが利用できる日です	28 休み	29 休み	30 休み

交流コーナーからのお知らせ

12月の平日閉所日は以下の通りです(電話相談は通常通り受け付けております)。
 ・12月6日(水) 午前12時～午後3時30分(シニア's Cafe 開催のため)
 ※シニア's Cafe 終了後は、通常の交流コーナーとして、どなたでもご利用できます。
 ・12月13日(水) 午前12時～午後6時(ABCグループ開催のため)
 ・12月27日(水) 午前12時～午後6時(ABCグループ開催のため)
 ※ABCグループの対象者については、スタッフより個別にお声かけいたします。
 ★感染症の状況により、交流コーナーは閉所となる場合があります。
 ★交流コーナーの常時換気にご協力をお願いいたします。



シニア's Cafe

12月6日(水) 午後2時～午後3時 参加費 50円

シニア's Cafeは、50歳以上の方を対象にしたお茶会です。
参加希望の方は、事前に職員までご連絡ください。

【10月】夏の3か月間かき氷を楽しんだため、久しぶりに温かい飲み物を飲みながらゆったりした雰囲気の中、様々なお話をしました。
 【11月】お久しぶりのメンバーが参加しました。昔流行した髪型、生活習慣、最新の桑都ペイなど、多岐にわたる話題で盛り上がりました。



みんなでトーク ～クリスマス茶話会♪～

12月20日(水) 午後2時～午後3時

サンタさんはくるかなあ…?!



クリスマスの雰囲気の中、みんなでお茶を飲みながらお話ししませんか?

みんなでトークに参加を希望される方は、事前にあくせすまでご連絡ください。

開催中、交流コーナーはご利用できません。
終了後の午後3時からは通常の交流コーナーとしてご利用できます。

10月みんなでトークの報告 テーマ「高尾山について語ろう」

最近高尾山に登った職員の写真付き解説を聞きながら、情報交換をしました。

- 夜間・早朝はトイレが閉鎖されてしまう
 - どんな人が植樹苗を寄贈している?
- 写真を見ながらまるで一緒に登っているかのような感覚で楽しむことができました。



2023年12月28日(木)～2024年1月4日(木)

上記期間中、あくせすは閉所となります。
年内の交流コーナーは、12月26日(火)が最終日となります。



今年は、皆さまにとってどんな1年でしたか?
新型コロナウイルスの5類移行、異常な暑さの夏、値上げラッシュなど、生活に影響のある事柄が多かったように思います。年末はゆっくり休み、新たな気持ちで新年を迎えられるといいですね。

皆さま、良いお年をお迎えください。

あくせすカレンダー

発行 地域生活支援センターあくせす
〒192-0904 八王子市子安町 3-6-7
サザンエイトビル3F
TEL: 042 (631) 1022
発行日 2023(令和5)年 11月 25日

☆あくせすの開所日☆ ※木曜日・祝日はお休みです

<電話相談他> 平日: 午前10時～午後6時 第1・3日曜日&第2・4土曜日午前10時～午後4時
<交流コーナー> 平日: 午前12時～午後6時 第1・3日曜日&第2・4土曜日午前10時～午後4時



2024年1月



日	月	火	水	木	金	土
	1 休み 元日	2 休み	3 休み	4 休み	5	6 休み
7	8 休み 成人の日	9	10 ABCグループ <small>プログラム対象者だけが利用できる日です</small>	11 休み	12	13
14 休み	15	16	17 シニア's Cafe <small>50歳以上の方だけが利用できる日です</small>	18 休み	19	20 休み
21	22	23	24 ABCグループ <small>プログラム対象者だけが利用できる日です</small>	25 休み	26	27
28 休み	29	30	31			

交流コーナーからのお知らせ

- 1月の平日閉所日は以下の通りです(電話相談は通常通り受け付けております)。
- ・1月10日(水) 午前12時～午後6時(ABCグループ開催のため)
 - ・1月17日(水) 午前12時～午後3時30分(シニア's Cafe 開催のため)
 - ※シニア's Cafe 終了後の3時30分からは、通常の交流コーナーとして、どなたでもご利用できます。
 - ・1月24日(水) 午前12時～午後6時(ABCグループ開催のため)
- ※ABCグループの対象者については、スタッフより個別にお声かけいたします。
★感染症の状況により、交流コーナーは閉所となる場合があります。
★交流コーナーの常時換気にご協力をお願いいたします。

あけましておめでとうございます

今年も
よろしくお願いいたします。
職員一同



シニア's Cafe のお知らせ

1月17日(水) 午後2時～午後3時 参加費50円
※今回は第一水曜ではありませんので、ご注意ください。

シニア's Cafeは、50歳以上の方を対象にしたお茶会です。
お正月の過ごし方や、思い出話など、この季節ならではの話をしませんか。
参加希望の方は、事前に職員までご連絡ください。



スタッフコラム (君塚)



「パーソナルカラー」

…その人の生まれもった色(髪・瞳・肌)と雰囲気が調和する色=似合う色

例えば、似合う色のマフラーを巻いた時に顔色がパッと明るく見えるという効果がある。

【春夏秋冬の季節に見立てて色进行分类】

- 春…明るく澄んだ色が多い
- 夏…あじさいのような明るくやさしいパステルカラーが多い
- 秋…紅葉を連想させるような深みのある落ち着いた色が多い
- 冬…4分類の中で一番はっきりした濃い色が多い



服を選んでいて「どっちにしようかな」と迷った時や、「どんな色が似合うかわからない」という時の参考になります。

ただし「好きな色」=「似合う色」ではないので、好きな色がはっきりしている方はパーソナルカラーにとらわれず、好きな色を合わせたほうが気分はあがります。

また洋服だけではなく、メイクやアクセサリ、ネクタイ、マフラーなどで色を楽しむのもいいですね。

