

フィレ通信



2026年10月1日発行

〒197-0814

あきる野市二宮 670 番地 5
秋川健康会館 2 階

電話 042-518-2826

FAX 042-518-2827

E-mail file-filet@gaea.ocn.ne.jp

HP <http://hinoharaen.jp/akiruno-center/>

活動時間について

	曜日	時間	備考
開 所 日	月曜日～土曜日	9:00～17:00	祝日、年末年始を除く。(土曜は第2・第4土曜日のみ開所。)
オープンスペース	月曜日～土曜日	10:00～16:00	電車やバスの時間の都合がある場合はご相談ください。
相 談	月曜日～土曜日	9:00～17:00	事前予約をしていただくと確実です。
生産活動部門	月曜日～金曜日	10:00～15:00	詳しくは担当職員にお問い合わせください。
グループ活動部門	ご利用については担当職員にお問い合わせください。また下記もご参照ください。		
昼食サービス	月曜日～金曜日	<u>費用は注文内容により異なります。前日の17:00までに予約が必要です。</u> 当日 9:05 以降のキャンセルには費用が発生します。 メールでの予約や変更、キャンセルは原則としてお受けできません。 注文方法については職員にお尋ねください。	

グループ活動(詳細)

- ・音楽鑑賞…各自でお勧めのCDを持ち寄り音楽を鑑賞します。鑑賞のみの参加も可能です。
- ・貼り絵…模造紙に描かれたイラストに、ちぎった折り紙を一枚ずつのりで貼り付け、作品を完成させます。でき上がった作品は事業所内に掲示しています。
- ・ペン字…ボールペン字の練習をします。ボールペンや練習用紙はこちらで用意していますが、テキストやボールペンは持ち込みも可能です。
- ・健康運動…秋留台公園の遊歩道を休憩を挟みながら2周歩きます。季節の草花を鑑賞したり、交流を楽しみながら活動を行っています。水分補給ができるように飲み物を持参してください。
- ・カラオケ…市内のカラオケボックスでカラオケを楽しみます。費用は実費負担となります。
- ・カフェに行こう…近隣のカフェでコーヒーなどを飲みながらお喋りを楽しみます。現地集合・解散、飲食代は実費負担となります。
- ・その他の活動…折り紙や画用紙などを使って壁画や季節の飾りを作ったり、忘年会・新年会・公共の交通機関を利用した外出行事等を行っています。

お知らせ

【利用時のお願い】

- ・体調不良時（発熱や咳、体のだるさなどの症状がある場合）の通所はお控えください。
- ・来館時にマスクの着用をお願いしていましたが、今後は「個人の判断」といたします。ただし感染症の流行や予防が必要と判断した際はマスク着用をお願いする場合があります。
- ・その他ご不明な点は職員にお尋ねください。
- ・3ヶ月以上グループ活動のご利用のない方への内容の変更や中止の連絡は致しかねます。暫くご利用のない方は来所前にお電話にてお問い合わせください。



2026年10月の予定



月	火	水	木	金	土	日
10月より「健康運動」を再開します。引き続き熱中症対策を心がけてご参加ください。13:00の時点で雨天の場合は室内プログラムに変更します。			1 グループ活動 塗り絵 13:30~15:00	2	3 お休み	4 お休み
5	6 グループ活動 貼り絵 13:30~15:00	7	8 グループ活動 音楽鑑賞 13:30~15:00	9	10	11 お休み
12 スポーツの日 お休み	13 グループ活動 健康運動 13:30~15:00	14	15 グループ活動 ペン字 13:30~15:00	16 カフェに行こう 申し込み締め切り	17 お休み	18 お休み
19 要予約 雨天決行	20 グループ活動 カフェに行こう (デニース) 13:00~15:00	21	22 グループ活動 貼り絵 13:30~15:00	23	24	25 お休み
26	27 グループ活動 音楽鑑賞 13:30~15:00	28	29 グループ活動 カードゲーム 13:30~15:00	30 Happy Halloween!	31 お休み	11/1 お休み



2026年11月の予定



月	火	水	木	金	土	日
10/20(火)の「カフェに行こう(デニース)」は現地集合、現地解散となります。参加希望の方はオープンスペース内に掲示している予約表にご記名をお願いいたします。電話での申し込みも可能です。締め切りは10/15(木)15:00までとなります。当日は13:00にデニース秋川店の入口前にお集まりください。飲食代は実費負担となりますので小銭の準備をお願いします。						1 お休み
2	3 文化の日 お休み	4	5 グループ活動 貼り絵 13:30~15:00	6	7 お休み	8 お休み
9	10 グループ活動 音楽鑑賞 13:30~15:00	11	12 グループ活動 ペン字 13:30~15:00	13	14	15 お休み
16	17 グループ活動 貼り絵 13:30~15:00	18	19 グループ活動 健康運動 13:30~15:00	20	21 お休み	22 お休み
23 勤労感謝の日 お休み	24 グループ活動 中央図書館に行こう 13:00~15:00	25 雨天決行	26 グループ活動 音楽鑑賞 13:30~15:00	27	28	29 お休み
30	11/24(火)の「中央図書館に行こう」は現地集合、現地解散となります。参加の方はオープンスペース内の参加希望表にご記名の上、13:00に中央図書館の入口前にお集まりください。電話での申し込みも可能です。					