

# ここてらす～しん <sup>いしのまき</sup> 6 月号



担当：A

（衣替えの季節ですね。

某エア●ズムのインナーを  
5枚買いました！快適◎）

爽やかに晴れる日もあれば、何日も洗濯物が乾かない・・・  
梅雨の季節がやってきました。気圧の変化に合わせて、体調  
も上がり下がりがあると思います。休む時は休んで、美味し  
いものを食べて、ゆっくり寝る！小さな楽しみを探しながら、  
毎日を過ごしたいですね。

## 花野果市場



美里町農産物直売所へ。  
「はなやか」という名の通り、花・野菜・果物がたく  
さん並んで見ているだけで  
も楽しかったですよ♪

## カフェさんぽ♪



近所のカフェ  
「蓮」へ、コー  
ヒーのテイクア  
ウトをして、居  
場所で楽しみま  
した◎

## 5月のここてらす石巻のいろいろ

### プク模様替え



ソファの位置を変  
えてみました！フカ  
フカソファなので、  
ぜひ使ってみてくだ  
さいね(^v^)

### ここてら ぐるめなび



ぐるめなびの地図を  
新しくしました！！  
ぜひみなさん書き込  
みお願いします♪

6月はここてらすでのお楽しみも計画しています。  
感染症対策を取りながら、お天気に負けずに皆さん活動し  
ていますよ。どんなことをしているのかな？気になったら、  
ぜひ一度のぞいてみてください。ご家族の皆様の見学もOK  
です。お待ちしております♪

## ☎マイスペースここてらす石巻

毎週月・水・金曜日の週3回/10:00～15:00

〒986-0831 石巻市羽黒町2丁目6-51

☎ 0225-25-7609

✉ coco-ishinomaki@personal-support.org



担当：T

（梅雨時期は・・・  
天然パーマの髪と  
毎日戦っています  
（°Д°））



アクセス：JR東北本線「石巻」駅 徒歩10分