

ぽえむ



文字と言葉でつなぐ心のコミュニケーション Poem



パソコン教室恒例のうちわ作り！皆頑張りました。



地域活動支援センターからのお知らせ

残暑も次第にやわらぎ、暦の上ではすでに秋になりました。

さて、今月より個別支援計画の見直しや、近況についてお話しするための定期面接を行います。また、希望者に対しては訪問面接を行います。そのため、都合のよい日程をスタッフまでお知らせください。



ふ

る

ぐ

ら

お



●メンバーミーティングの報告 (8/4に話し合われた内容を記載しています。)

8月のメンバーミーティングの参加者は、7名でした。

8月のメンバーミーティングは金曜ごはん会と一緒に実施しました。

★8月のプログラム内容の確認

●8/9(水)外出プログラムは、シシュマハルカレーランチ&アメリア散策です。カレーを事前注文するので、7日までに申し込みをお願いします。

●8/18(金)レディースデイは、ホットビスケット作りをします。生クリームやジャムのトッピングを楽しみましょう。

●8/24(木)昼食会は、タコライスを作ります。

●8/25(金)座談会のテーマは「好きな場所」についてです。思い出の場所や、旅行先、行ってみたい場所について話し合います。

●8/28(月)は若葉台小の黒板アートの見学に行きます。福祉センターから車で向かいますが、現地集合も可能です。事前申し込みをお願いします。

★9月のプログラムについて

○昼食会メニュー

【メニューリクエスト】グラタン、ドリア、定食、牛丼、炊き込みご飯、手巻き寿司、コロッケ
→多数決の結果、コロッケに決まりました。炊き込みご飯も付けてコロッケ定食にしたいと思います。

★スタッフより

○9月の外出PGは仙川にあるキューピーマヨテラスに行くことが決定しています。

先着11名まで参加可能です。必ず事前申し込みをしてください。

9月昼食会のお知らせ

9/25(月) 10時30分～

メニュー：コロッケ

炊き込みご飯

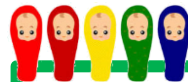
スープ

サラダ

参加費：¥350

持ち物：エプロン

※必ずお金を添えて事前申込みをして下さい



9月外出プログラム

①仙川キューピーマヨテラスに行こう！

9/15(金)10時30分～出発
マヨネーズができる工程などを学べる施設です。

②矢野口ひびきバッティングセンターへ行こう！

9/28(木)13時30分～出発
25球105円でバッティングが楽しめます。



You & Me

(このページはメンバーさんの投稿欄です)

今月は投稿がありませんでした(;▽;) 皆さんからの投稿お待ちしております！

★フログラムの様子★



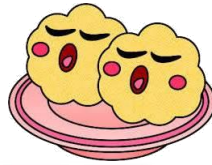
昼食会 メインは唐揚げ!

唐揚げ定食を作ろう! ということで、12人分約3kgの鶏肉を購入しました。下味を付ける際、玉ねぎのすりおろしを入れたのでジューシーで自然な甘みを感じる唐揚げができました。

副菜は、ケチャップが隠し味のマカロニサラダです。ずっと食べ続けたいくらいの美味しさでスタッフは2回おかわりしました。

9月はコロッケ定食を作る予定です。楽しみですね。

レティーステイ シュークリーム作り



今月のレティーステイはシュークリーム作りでした。生地はなんとか膨らみましたが、熱々のためクリームを入れることが出来なかったのは少し残念でした。

ホイップを十分立てにするのはとっても苦勞しましたが、美味しいチョコホイップができました。

9月はごま団子作りです。

夏恒例かき氷パーティー



大量の白玉を作ったので、白玉パーティーになってしまいましたが、たくさんの方に参加していただくことができて今年も大成功でした。今年は何と天然水のかき氷を作りました。小豆/きなこ/黒みつ/バニラアイス添えのかき氷が一番人気でした。来年も実施できると良いですね!

外出プログラム8月



8月の外出プログラムはシシュマハル&アメリカ散策でした。シシュマハルのカレーは安定の美味しさで、ナンとライスをおかわりできるのも魅力でした。辛い物好きのKさん、次回は一番辛い味に挑戦するそうです。ぜひ感想を聞いてみましょうね。

アメリカではリニューアルした¥100 ショップや洋服のセール品探して盛り上がりしました。

市内でたっぷり楽しめて大満足の1日になりました。

9月 ~カレンダー~

9月 ~プログラムの内容~

	月	火	水	木	金	土
27 お休み	28  	29 	30  	31 	1 ●金曜ごはん会 & メンバーミーティング 12:00~13:00 ●レディースデイ 簡単スイーツ作り 13:30~16:00 参加費 ¥300 9/1朝 9時までの申込み	2 お休み
3 お休み	4 ●月歩会 10:30~11:00 ※短縮実施 ●朗読会 14:00~15:00	5 ●XBOXスポーツ 14:00~15:00	6 ●ボランティア活動 10:30~11:30 ●歩こう会 13:30~15:00 スタバでお茶休憩あり	7 ●パソコン教室 I ①13:00~14:00 ②14:15~15:15	8 ●アートを楽しくもう 城山体験学習館へ 展示を観に行きます 11:00~13:00 サイゼリアでランチをします ●手話で話そう 14:00~14:45	9 お休み
10 お休み	11 ●ぬり絵 & 折り紙クラブ 10:30~11:30 ●体操教室 14:00~15:00	12 ●火歩会 10:30~11:30 ※短縮実施 とまりぎ実施 12時~15時 今日は皆矢野口 に集合だ!	13 ●アートを 楽しくもう 【展示会に向けた 額作り】 13:30~15:30	14 ●はじめての パソコン 10:30~11:30 ●パソコン教室 フォローアップ 13:30~15:00	15 ●外出プログラム① マヨテラスへ行こう! 10:30 出発 9/6 までの申込み 焼肉ランチもする予定 です。(事前注文です)	16 お休み
17 お休み	18 敬老の日	19 ●ボランティア活動 10:30~11:30 ●音楽に ふれよう 14:00~15:30	20 ●歩こう会 10:30~11:30 スタバでお茶休憩あり ●おしゃべり サロン 14:00~15:00	21 ●パソコン教室 II ①13:00~14:00 ②14:15~15:15	22 ●金曜ごはん会 12:00~13:00 ●座談会 13:30~15:00 当日参加も可能です がぜひ申込みをして ください	23 お休み
24 お休み	25 ●昼食会 “コロッケ & 炊き込みご飯を 作ろう” 10:30~13:00 参加費 ¥350	26 ●火歩会 10:30~11:30 ※通常実施 ●音楽に ふれよう 14:00~15:30	27 ●アートを 楽しくもう 13:30~15:30	28 ●外出プログラム② ひびきバッチング センター散策 13:30 出発 9/27 までの申込み	29 ●ぬり絵 & 折り紙クラブ 10:30~11:30 ●手芸クラブ 13:30~15:30	30 お休み

- メンバーミーティング...プログラムの日程や内容について話し合います。ここでの意見がプログラムに反映されます。
- パソコン教室 <1回目>...初級①ワード童話/初級②エクセル関数
<2回目>...初級①ワード童話/初級②エクセル関数
- パソコン教室フォローアップ...パソコン教室の続きや、朗読会用の絵本文書打ち込みのお手伝いを
していただいています。ワードやエクセルの練習問題もできます。
- はじめてのパソコン...パソコンを触ったことがない人のための初心者講座です。マウスの使い方から
学ぶことができます。
- 体操...運動不足の体をリフレッシュさせましょう。筋トレやリズム運動など、楽しい気持ちで体
を動かせますよ。標準語以外のラジオ体操も面白いです。
- 朗読会...詩や絵本に触れる良い機会です。声を出すことでどんどん楽しくなります。聞いて楽し
むのもOKです。役柄になりきって絵本の世界へ行きましょう♪
- ボランティア活動しよう!(軽作業)...主な作業は切手整理です。おしゃべりしながらの作業は良
い息抜きになります。使用済み切手大募集中です。
- 手話で話そう...手話カードを使ってゲームをしながら手話を覚えましょう。
- 月歩会/火歩会...歩くことで健康を維持しゴミ拾いで地域をキレイにしましょう。
【雨天中止】【猛暑が予想されるので短縮実施】
- おしゃべりサロン...傾聴ボランティアのパンダさんと一緒に楽しくおしゃべりしましょう。
- 音楽にふれよう...童謡で声出しをした後、カラオケを楽しみます。CDの持参もOKです。
- 外出プログラム...①9/15 キューピーマヨテラスに行く予定です。マヨネーズができる仕組みなど
を詳しく学ぶことができますよ。たくさんの方の参加お待ちしております。施設見学後仙川でラン
チして福祉センターに戻ります。
【9/6(水)申込みOKです。事前申込みした方のみの参加です】【先着11名の参加になります】
【稲城→仙川 片道¥184】【保険代の30円が掛かります。当日集金します】【お昼代を持参して下さい】
- ②9/28 矢野口にあるひびきバッチングセンターまで行きます。25球 105円で楽しめますよ。
- アートを楽しくもう...今月は3回実施します。
①9/8 は城山体験学習館まで紙芝居の原画展を観に行きます。帰りにサイゼリアでランチもありま
す。車で現地まで行きますので申込みをしてください。【9/7 までの申込み必要】
②9/13 は展示会に向けた額作りです。お手伝いよろしくお願ひします。
③9/27 は作品作りをします。心の動くまま自分の好きなことができる時間です。先生にアドバイ
スをもらうこともできますよ。
- 手芸クラブ...みんなで手芸をします。ふきん作りやボタン付けなどに挑戦することもできますよ。
大好評のティッシュケース作りも楽しいですよ。
- 昼食会...今月のリクエストは“コロッケ”です。炊き込みご飯も作って秋定食にする予定です。
【参加費 350円を添えて 9/22(金)までの申込みが必要/エプロンを必ず持参してください】
- ぬり絵&折り紙クラブ...おしゃべりをしながらぬり絵と折り紙に挑戦します。
- XBOX スポーツ...「XBOX」を使ってボウリングやダーツ行います。内容はプログラムの中で
決めます。初めて参加する方も安心して参加することができます。
- レディースデイ...中華風ごまだんごと春巻きの皮でアップルパイ風スイーツを作ります。
【9/1(金)朝9時までの申込みが必要】【参加費 300円】【エプロンを忘れないでください♪】
- 金曜ごはん会...持参したお昼ごはんを食べながらおしゃべりを楽しむプログラムです。
前日まででしたらお弁当の注文ができますので、スタッフまで声を掛けて下さい♪
当日参加もOKです。その際はお弁当を持参して下さいね(*マ)
- 歩こう会...時間短縮の可能性があります。スタバで冷たい飲み物を飲んで帰ってきますよ~
- 座談会...座談会テーマは“やってみたいこと”です。こんな趣味を持てたらな~、こんな仕事に
ついてみたいな~等々...。熱い思いや、たれば話も大歓迎です!!
- とまりぎ...ひきこもりがちの方のサロンを開いています。アツとホームな雰囲気運営中です。
矢野口以外にお住まいの方も大歓迎ですよ。まずは一度、矢野口自治会館をのぞいてみてください☆