



ぽえむ 9月

文字と言葉でつなぐ心のコミュニケーション Poem



2018
パソコン教室
うちわ作り



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。



6月から始まったほえむの日には6名の方が参加してくださり、楽しいランチミーティングになりました。今後参加人数が増えていくと嬉しいです。

原則毎月第一金曜日のお昼に実施予定ですので、皆さん参加してくださいね。

8月ほえむの日報告です。下記を参考に皆さんプログラム確認をして下さい。

★プログラムの確認

- ・今月は猛暑により、月歩会・火歩会はお休みです。その他のプログラムも数を減らして実施予定です。
- 申込必要**・13日のレディースデイはタコライスを作ります。参加費¥350を添えて、10日までに申込みをしてください。
- ・23日は新プログラム“美文字クラブ”が実施されます。テキストを使って美しい文字の書き方を練習します。好きな本を持参して書き写すこともできます。ぜひ皆さん参加してみてください。
- 申込必要**・24日のレディースデイはクロワッサンを作ります。パイシートを使ったメニューに初挑戦です。必ず前日までに申込みをしてください。
- 申込必要**・27日の昼食会は冷やし中華を作ります。¥400を添えて24日までに申込みをしてください。
- 申込必要**・31日の外出プログラムはアリオ橋本を散策します。特にランチが楽しみです。

★9月のプログラムのリクエスト

【昼食会】リクエスト：ビビンバ、カレー、牛丼、親子丼、ミートソース
→ミートソースに決定しました。

【外出プログラム】

リクエスト：深大寺、若葉台（馬車道）、ラゾーナ川崎、調布、新宿御苑
→ラゾーナ川崎に決定しました。

★その他（スタッフより）

- 今月も猛暑が予想されます。熱中症に注意して水分補給をしっかりとるようお願いいたします。また、無理な外出は控えて体調管理をしっかりとっていきましょう。

You & Me

(このページはメンバーさんの投稿欄です)



栄子さんのプチハンズ報告

タカシナカムラのダジャレコーナー

7月のプチハンズの作品です。
丁寧に縫うことを心掛けて作りました。

エイコ



- タッキュウをやったらタキュウ便が来たよ。
- トイレに行きたいよ。早くいっトイレ。
- 今日は快晴でタイヨウが眩しいね。それはめでタイヨウ。
- 今日はテンモン台に行ったよ。しっテンモン。
- このイカは美味しいね。そんなことはまあいいカ。いいカげんだね。
- チズを見ながらチーズを食べよう。
- 難しい問題にぶち当たったよ。でもナットウを食べたらナットウくしたよ。

★フログラムの様子★

外出プログラムinららぽーと立川立飛

「みんなと出掛けてみたい」「欲しいものがあるから見て欲しい」参加した目的はメンバーさんそれぞれでしたが、楽しく美味しく過ごすことができました。
思わぬところで美味しいスイーツにも巡り合うことができ、別腹とはこのこと！とみんなでお腹いっぱい食べましたね。9月も楽しみに出掛けましょうね。



夏だ!かき氷だ!パーティーだ!

当日は12名のメンバーさんに集まっていただき、それはそれは豪華なかき氷を食べました。5杯食べました!私は6杯です!など暑さに負けない元気な会話が繰り広げられ、この部屋だけ暑さが飛んで行った気がしました。

大満足な時間を過ごすことができました。



お知らせ①

8月からとまりぎの開催が月2回になりました。
開催日: 毎月第2火曜日と第4木曜日
時間: 14~16時
場所: 矢野口自治会館

皆さん、ぜひのどきにきてください!



お知らせ②

ひきこもり・生きづらさカフェ
~分かち合い&ちょっと相談の場~
ひきこもりや生きづらさを抱える当事者及び家族等の分かち合いの場(カフェ)を開催しています。
興味のある方はお越しください。
9/13日(木) 13~17時 矢野口自治会館
9/25日(火) 14~20時 福祉センター

手芸クラブ



初めて参加したお二人ですが、今回だけで作品を完成させることができました。丁寧な作業が良い作品作りに繋がることがわかりましたね。

※ ぽえむの発行は毎月**25日**

※ プログラム確認は、ぽえむの日**毎月第一金曜日**

9月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
2 お休み	3 ●月歩会 10:30~11:00 歩く事で健康を維持しゴミ拾いで地域を綺麗にしましょう。 【雨天・猛暑中止】 ●手話で話そう 14:00~14:45 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。	4 ●ボランティア活動 10:30~11:30 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。 ●音楽にふれよう 14:00~15:30 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。	5 ●アートを楽しもう 13:30~15:00 絵本作家の稲田先生に講師になっていただき、絵を描きます。心の動くままにアートを楽しむことができます。	6 ●パソコン教室 I ①13:00~14:00 ②14:15~15:15 講師の先生に来ていただき、パソコンを教えてください。①ワード②エクセルを実施します。	7 ●ぽえむの日 ランチ&プログラム確認(旧メンバーミーティング) 11:30~13:00 内容は詳細を確認! ●朗読会 14:00~15:00 詩や絵本に触れる良い機会です。聞いて楽しむのもOK。絵本の世界を楽しみましょう。	7 お休み 8 お休み
9 お休み	10 ●ぬり絵&折り紙クラブ 10:30~11:30 おしゃべりしながらぬり絵と折り紙を楽しみます。ポスターのぬり絵もお願いします。 ●体操教室 14:00~15:00 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。	11 ●火歩会 10:30~11:00 歩く事で健康を維持しゴミ拾いで地域を綺麗にしましょう。 【雨天・猛暑中止】 ひきこもりサロン「とまりぎ」 14時~16時 in 矢野口自治会館	12 ●昼食会 10:30~13:00 メニュー:ミートソース パスタ 参加費:¥350 申込み:9/11(火)まで エプロンを必ず持って来て下さい。	13 ●パソコン教室フォローアップ 13:30~15:00 パソコン教室の続きや朗読会用の絵本文書入力のお手伝いをお願いします。個別の課題提供もできます。	14 ●ボランティア活動 10:30~11:30 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。 ●歩こう会 ロングバージョン 13:30~15:00 アメリカまでのんびり散歩後お茶をして帰って来ます。お茶代は持参してください。	15 お休み
16 お休み	17 祝日 敬老の日とは 多年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う日です	18 ●火歩会 10:30~11:30 歩く事で健康を維持しゴミ拾いで地域を綺麗にしましょう。 【雨天中止】 ●何でも相談デイ 13:30~15:30 趣味の話や困りごとなど何でもお伺いできます。予約なしでOKです。	19 ●おしゃべりサロン 14:00~15:00 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。	20 ●パソコン教室 II ①13:00~14:00 ②14:15~15:15 講師の先生に来ていただき、パソコンを教えてください。①ワード②エクセルを実施します。	21 ●レディースデイ アメリカ散策&お茶 13:30~出発 参加申込は当日の午前までOKです。詳しい内容はプログラムの詳細欄で確認してください。	22 お休み
23 お休み	24 祝日 (9/23 振替休日) 秋分の日とは 祖先をうやまい、なくなった人々をしのぶ日です	25 ●ぽえむ発送ボランティア 10:30~11:30 毎月関係機関に送付しているぽえむの発送準備を手伝っていただきます。簡単な作業です。残り時間で切手整理も実施します。 ●勉強会プログラム 障害者雇用を知ろう 14:00~15:00 詳細は下記を確認してください。	26 ●外出プログラム ラゾーナ川崎散策 10:45~16:00 電車代: 稲城長沼⇄川崎片道¥388 9/21(金)までの申込みが必要です。当日保険代の30円を集合します。	27 ●XBOXスポーツ 10:45~12:00 XBOX を使ってゲームをしています。初めての方でも簡単に操作できますよ。 ひきこもりサロン「とまりぎ」 14時~16時 in 矢野口自治会館	28 ●美文字クラブ 10:30~11:30 テキストを使って美しい文字の書き方を練習します。好きな本などを持参して書き写すのも良いですね。 ●手芸クラブ 13:30~15:30 簡単パッチワークやティッシュカバーケースが人気です。	29 お休み
30 お休み	●就労勉強会のお知らせ● 講師に就労移行支援事業所ハビネスサポーター西府の久保さんをお迎えし、障害者雇用についてお話をさせていただきます。興味のある方はぜひご参加ください。 申し込みメ 9月21日(金) ※当日参加も可能なのでご連絡ください。とっても良い機会になると思いますよ。		●プログラム詳細● ●ぽえむの日・・・メンバーミーティングが名前を変えてリニューアルです。毎月市内で歩ける範囲の場所にランチへ出掛け、その月のプログラム確認することになりました。9月は稲城長沼にある「庄や」で居酒屋ランチです。焼き魚やお刺身、生巻焼きなどの定食が千円以下で食べられますよ。 ●今月のレディースデイはアメリカ散策です。季節を楽しみながら歩いて現地まで行きますが、電車やバスを利用して参加したい!という方も大歓迎です。申込み時必ずスタッフにお知らせください。			