

# 8がっほあお

文字と言葉でつなぐ心のコミュニケーション Poem

## 地域活動支援センターからのお知らせ

今年も福祉センターは、猛暑日の涼み処として熱中症予防シェルターに指定されています。自宅で過ごすよりも節電になりますので活用ください。

また、暑さで外出が億劫になりがちですが、センターに来て涼みながらプログラムに参加されてはいかがでしょうか。暑さに負けず色々なプログラムを実施予定です。ぜひカレンダーを見て参加してみてください。

暑い夏を乗り切りましょう！☀



T・Yさんからの投稿です☆



ぽえむの日ランチ、メンバーミーティングどちらかの参加でもOKです。

7月は8名の方が参加してくださいました。

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。

7月メンバーミーティング報告です。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

- 7/8の外出プログラムはアリオ橋本に行きます。少し駅から離れていますが、室内を歩くので安心です。たくさんの方に参加してもらいたいです。7/4(木)までの申込みが必要です。
- 7/10のメンズデイは福祉センターで卓球をします。初の試みです。ルールなどはゆるく楽しむことができると考えているので、メンズの皆さん参加してください。
- 7/12のレディースデイは和食よへいでランチ後、青木屋さんで和スイーツを購入予定です。福祉センターに戻り、青木屋さんのスイーツでお茶タイムを過ごします。
- 7/19はかき氷パーティーがあります。参加費150円を添えて前日までの申込みをしてください。
- 7/22の昼食会は親子丼を作ります。参加費400円を添えて事前支払いをしてください。
- 7/30の何でも相談デイは午前中の実施です。予約をしていただけると確実にお受けできますのでお願いします。30分～1時間単位で面談できます。

### ★8月のプログラムのリクエスト

- 昼食会メニューリクエスト

【リクエスト】

ナポリタン④票、やきそば①票、ゴーヤチャンプル②票、冷やしうどん②票、つけ麺③票

→ナポリタンとつけ麺に多数票が入りましたので、スタッフ間で協議いたします。

### ★スタッフより

・8月は夏バージョンでプログラム数を減らして地活開所予定です。また、猛暑が予想されますので外出プログラムの実施はございません。プログラムも午前中の実施を多くしていきたいと考えておりますのでご理解ください。

### ★メンバーより

・天候の影響でプログラムが中止になった場合、ボランティア活動等の代替プログラムを実施してもらいたい。

→自主的にぬり絵やボランティア活動をすることは可能です。その際はスタッフにお声掛けください。

### 【お知らせ～重要～】

今年度は8月から定期面接を実施します。予め面談予約をしていただけると助かります。

この面接は個別支援計画書の見直しをする大事な機会です。皆さんよろしくお願いします。

## You & Me

(このページはメンバーさんの投稿欄です)

### プチハンズに参加しました!



6月のプチハンズの完成品です!ファスナー付けに四苦八苦な小安さんでしたが、今井さんのアドバイスで完成に至ることができました。

今後も素敵な作品を作ってくださいね!楽しみにしています。



### タカシナカムラのダジャレコーナー

- コーラを飲んだら怒られたよ、コーラ!コーラ!と。
- メンズでいに参加したら、謝っていたよ。ごめん、ごめん、と。
- フルーツは2個食べないとね!ふるーツー(2)だからね!
- ホシノコーヒーに行ったら、何がホシーノー?と言われたよ
- ナノハナはナンノハナだ?

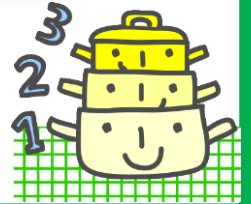
# ★フログラムの様子★

## 昼食会

- 親子丼
- ふわふわバーグ
- あさりの味噌汁
- ほうれん草の胡麻和え
- マカロニサラダカレー風味
- 食後のデザート ドーナツ



7月の昼食会のメインは親子丼でした。  
その他サイドメニューも充実していて、和定食をみんなで美味しく食べることができましたね。  
大勢の方に参加していただくことができて良かったです。  
8月から昼食会は定員制になりますのでご理解ください。



## ～メンズデイ～

卓球台を貸していただける！ということになり、7月のメンズデイは卓球を楽しみました。  
4人の方に参加していただくことができたので良かったです。  
今回のようなプログラムを今後も企画していきたいと思えます。  
メンズデイはメンバーさんの声を反映しやすいプログラムとなっていますので、ご要望がある方はスタッフまで！



## 外出プログラム～カコーラ多摩工場



コカ・コーラ多摩工場の見学に行ってきました！  
実際に作っているところなどは見学することができませんでしたが、良い経験になりました。  
兄弟で工場の服を着ている写真がとっても素敵ですね。

## レディースデイ～いなぎグルメツアー～



7月のレディースデイはいなぎグルメツアーと題して、和食よへいでランチ後青木屋さんで和スイーツを購入して福祉センター内でお茶タイムを過ごしました。  
調理に限らず、皆で美味しい食事を共にするのは良い時間だなと感じました。  
たくさんの方に参加していただけて良かったです。



※ほえむの発行は毎月**25日**

※プログラム確認は、ほえむの日毎月**第一金曜日**

**夏バージョンです！**

# 8月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
7/28 お休み	29	30	31	1	2	3 お休み
<b>プログラム詳細</b> <b>●ほえむの日・・・今月も皆さん持参してください。</b> <b>福祉センターでランチを楽しみましょう♪</b> <b>麦茶は飲み放題です！</b> <b>●外出プログラム・レディーステイ・メンズテイ</b> <b>・・・猛暑が予想されるので8月は中止になります。</b> <b>●夏特別プログラム・・・卓球大会をします！大会と言</b> <b>ってものんびりラリーを楽しむ会なので、皆さんに参加</b> <b>していただくと嬉しいです！</b>				<b>●パソコン教室 I</b> <b>①13:00～14:00</b> <b>②14:15～15:15</b>  講師の先生に来ていた だき、パソコンを教えて もらいます。 ①ワード 童話 ②エクセル 関数	<b>●ほえむの日</b> 11:45～ランチ会 12:15～メンバーミ ティング・プログラム確 認  <b>●美文字クラブ</b> 14:00～15:00 テキストを使って美し い文字の書き方を練習 します。好きな本の書 写もOKです。	
4 お休み	5 ●ぬり絵&折り紙ク ラブ10:30～11:30 おしゃべりをしながら 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。	6 復活●ゲーム大会 10:30～11:30 ウノやボードゲー ムをして過ごしま す。 どなたでも参加で きますよ。	7 ●論語の峠 14:00～15:00 孔子の『論語』をみん なで音読し、感想を出 し合います。今後のプ ログラム案について 話し合います。	8 ●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 もらいます。 ①ワード 童話 ②エクセル 関数	9 夏特別プログラム！ 暑さに負けるな特 別プログラム 卓球大会をしま す。 13:30～15:00 出入り自由です。 冷たい麦茶を準備し て待っています！！	10 お休み
11 山の日 お休み	12 振替休日	13 ●火歩会 10:30～11:00 三沢川沿いのゴミ 拾いをします。歩 くことで健康の維 持にも繋がります。	14 ●アートを楽しもう 13:30～15:00 講師の先生に来ていた できます。自分のペ ースで描くことができ ます。	15 ●手芸クラブ 10:15～12:00 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。 プロミスリング作りも 行なっています。	16 ●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。	17 お休み
18 お休み	19 ●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。講 師の先生が優しく教 えてくれますよ。	20 ●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。	21 ●おしゃべりサロン 14:00～15:00 傾聴ボランティアのバ ンダさんと一緒に楽し くおしゃべりしまし ょう。	22 ●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。	23 ●何でも相談デイ 10:00～12:00 趣味の話や困りごとな ど何でもお伺いでき ます。予約をしてくだ さい。	24 お休み
25 お休み	26 ●昼食会 10:30～13:30 メニュー：目玉焼きの セナポリタン 参加費：¥400 申込み：8/22(木)まで 定員：8名まで(先着順) エプロンを必ず持って来 てください。 <b>本日ほえむ発行</b>	27 ●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。	28 ●ほえむ発送ボラン ティア 10:30～11:30 毎月関係機関に送付し ているほえむの発送準 備を手伝っていただき ます。簡単な作業です。 切手整理も行ないます。	29 ●XBOXスポーツ 10:15～11:45 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。	30 ●ぬり絵&折り紙ク ラブ10:30～11:30 おしゃべりをしながら 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。	31 お休み