

10がっほえお

文字と言葉でつなぐ心のコミュニケーション Poem



TYさんからの投稿です。
かわいすぎて写真を選ぶのが大変でした☺

地域活動支援センターからのお知らせ

日中過ごしやすい気候になった反面、朝晩が冷え込むようになりました。
季節の変わり目は、体調を崩しやすくなりますので、皆さんご注意ください。

さて、8月より定期面接を行っております。これは近況の確認や今後のセンターの利用について話し合う大切な機会です。まだ面接を行っていない方は、職員までお申し出ください。
訪問にてお話を伺うこともできますのでぜひご検討ください。



ほえむの日ランチ、メンバーミーティングどちらかの参加でもOKです。

9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。

9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

- 11日の昼食会はキーマカレーを作ります。8名までの先着順です。(定員に達したため受付終了)
- 13日のレディースデイはホットプレートでブラウニーを作ります。8名までの先着順です。(定員に達したため受付終了)
- 17日のメンズデイは和食よへいでランチをします。メンズ同士の交流を楽しみましょう。事前申込みが必要です。
- 19日はワード自主トレクラブがあります。以前実施していた“パソコン教室フォローアップ”が名前を変えてリニューアル実施です。主な内容はワードを使用して朗読会の台本の打ち込み作業です。ワードでしたらその他の作業をしても大丈夫です。
- 20日の事業所見学会は、就労継続A型事業所“アバンセ”の見学に行きます。最寄りの登戸駅まで電車で行きます。皆さん申込みをしてください。9/18(水)までの申込みが必要です。
- 30日の外出プログラムは立川イケアに行きます。ランチは立川駅で食べます。参加は先着7名になりますので、早めの申込みをおすすめします。

★10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】

うどん(鶏肉入り、薬味、油揚げ) 5票、お好み焼き 4票、餃子&チャーハン 2票、焼きそば 1票、クリームシチュー 1票、ゼリー(果物入り) 1票
→うどんに決まりました!

●外出プログラム

【リクエスト】

三鷹の森ジブリ美術館、バラ園、八王子城
→調布深大寺&神代植物公園(バラ園)に決まりました!

●その他

- ・9月も定期面接を実施しています。まだ面接をしていない方は、事前に申込みをすると確実です。
- メンバーよりプログラムに対する意見
 - ・体を動かすプログラム(卓球、バトミントン、キャッチボール、バッティングセンター)を増やして欲しい。
 - スタッフ間で協議します。

You & Me

(このページはメンバーさんの投稿欄です)

小安政美写真館



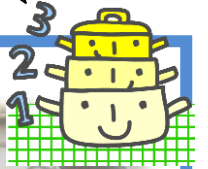
季節の花をたくさん撮影している政美さん。
どんどん腕が上がって行きますね☺

タカシナカメラのダジャレコーナー

- 伊豆(イズ)にはいつ(イツ)行くの?
- 漁師(リョウシ)には良心(リョウシン)があるね!
- 罰金(バッキン)はバッキンガム宮殿で支払おう!
- 参道(サンドウ)をとお寺にお参りしよう! 僕もその意見に賛同(サンドウ)するよ。
- 九州の門司(モジ)に行ったら文字(モジ)を書こう! モジモジしないかも
- 童謡(ドウヨウ)を歌ったら、思わず動揺(ドウヨウ)したよ。

★フログラムの様子★

昼食会



大量の鶏胸肉を食べやすい大きさにしました。アツアツの作業頑張りました。



12人分のパスタは茹でるのも一苦労でした。ナポリタンが美味しくなるコツは表示時間より2~3分長く茹でることです。皆さんもお試してください。



メンバー皆さんの食べっぷりに圧倒されてしまいました。嬉しい光景でもありました。皆で食べる食事は美味しいですね。

論語の峠(ろんごのとうげ)



テキストを使って心に留まった論語を読み、感想を出し合います。短文で解説もわかりやすいので、読みやすい文章となっています。自分を励ますものや、振り返るもの等、人それぞれ捉え方も違います。皆の意見を聞くことで、共感したり新しい発見にもつながるプログラムです。

特別PG事業所見学会



9/20 登戸にあるアバンセ(就労継続支援 A 型事業所)の見学に行ってきました。お話を直接伺い、作業風景も見させていただき、とても勉強になりました。ありがとうございました!

手芸クラブ



9月の手芸クラブに参加したメンバーさんが作った作品です。ポケットティッシュカバーやふきん、継続的に作っていたポーチを完成させました。前回出来なかった部分を今回はやってみよう!と玉止めに挑戦するなど前向きな参加をしてもらうことができ嬉しかったです。初めて参加する方でも安心して参加できます。もちろん男性も!お待ちしております♪

※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

10月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
29	30	1	2	3	4	5
プログラム詳細 ●ほえむの日 ・・・昼食を持参していただき、皆で一緒に食べます。その後、ミーティングを実施します。 ●外出プログラム ・・・調布深大寺&神代植物公園に行きます。深大寺そばを食べ、植物園のパーティスタも楽しむ予定です。障害者手帳を持参すると割引になります。		●XBOXスポーツ 10:30~11:45 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。	●風を感じよう 13:30~15:00 城山公園までウォーキング後、バトミントンやバレーボールなど簡単な運動をします。見学参加もOKです。	●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。	●ほえむの日 11:30~ランチ会 12:15~メンバーミーティング・プログラム確認 ●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。	5 お休み
6	7	8	9	10	11	12
お休み	●月歩会 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】	●歩こう会ロングバージョン 10:30~12:00 三沢川沿いの散歩をします。お茶休憩もあります。	●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。簡単な訳付きなので、初めてでもわかりやすいです。	●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 童話の入力 ②エクセル 関数	●外出プログラム 10:30~15:30 調布深大寺&植物公園(パーティスタ)に行きます。 申込:10/9(水)まで 電車代:片道 350円くらい 定員:7名(先着順) 保険代¥30は当日徴収します。※手帳持参	12 お休み
13	14	15	16	17	18	19
お休み	祝日 体育の日 スポーツにしたしみ、健康な心身をつちかう日です。	●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】	●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。	●ぬり絵&折り紙クラブ 10:30~11:30 おしゃべりを楽しみ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。	●レディースデー 13:30~15:30 簡単メロンパン作り 参加費:¥200 定員:8名(先着順) 申込:10/16(水)まで ●メンズデー 13:30~16:00 バッティングセンターひびきに行き、アメリカ散歩をします。 申込:10/17(木)まで	19 お休み
20	21	22	23	24	25	26
お休み	●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。 ●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。	祝日 即位礼正殿の儀の行なわれる日	●アートを楽しもう 13:30~15:00 講師の先生に来ていただきます。自分のペースで描くことができます。	●何でも相談デー 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。	本日ほえむ発行日 ●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。	26 お休み
27	28	29	30	31	11/1	2
お休み	●昼食会 10:30~13:30 メニュー:焼うどん 参加費:¥400 申込み:10/24(木)まで 定員 8名(先着順) ※エプロン持参	●ワード自主トレクラブ 10:30~12:00 ワードで朗読会の絵本の台本入力作業をします。他の作業もOK。 ●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。	●美文字クラブ 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。	●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 イラスト ②エクセル 関数		2

講演会のお知らせ

～いちから知ろう発達障害のこと～

2回目●10月10日(木)14時～

テーマ「成人の発達障害について」講師：柏木理江さん

3回目●10月17日(木)14時～

テーマ「成人の発達障害について(当事者編)」講師：大橋史信さん他