

9がっほ*あ*あ

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

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、地域活動支援センターでは9月より定期面接を実施します。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面接です。また、希望者に対しては訪問面接が可能です。都合のよい日程をスタッフまでお知らせください。



8月は5名の方がメンバーミーティングに参加しました。メンバーミーティングは、原則毎月第一金曜日の午後実施予定ですので、皆さん参加してくださいね。

8月の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

- ・14日（金）のレディースは動画を見ながらヨガに挑戦です。ヨガマットは準備します。運動の出来る服装で参加して下さい。タオル、飲み物を持参して下さい。
- ・18日（火）のメンズデイはスタバに出かけます。今後のメンズデイについてお茶を飲みながら相談しましょう。
- ・21日（金）は、何でも相談デイが復活します。事前予約をしていただくと確実ですが、当日希望も可能です。相談内容は何でもOKです。

◎メンバーさんよりプログラムの希望

- ・ワード自主トレについて。午後開催なら参加可能な方がいます。
→部屋の予約状況を確認し、実施可能かスタッフで検討します。
- ・卓球、バトミントンをやりたい。
→卓球は部屋の予約状況を確認し、実施可能かスタッフで検討します。
バトミントンは、涼くなった頃に“風を感じよう”での実施を検討します。
- ・総合体育館を利用したい。
→利用可能かどうか確認します。
- ・パターゴルフセットを買って、介護予防教室でやりたい。
→セットの価格を調査し、介護予防教室で実施可能かスタッフで検討します。
- ・音楽鑑賞がしたい。
→部屋の予約状況を確認し、実施可能かスタッフで検討します。

★9月のプログラムリクエスト（レディースデイ、メンズデイ含む）

- ・道頓堀、陽だまり、星野珈琲
⇒リクエストをもとにスタッフで協議します。実施についても検討します。



9月1日は「防災の日」です。備蓄品のチェックをしましょう！

- ★食料や水（最低3日分！出来れば1週間分）×家族の人数
保存期間の長い物を多めに買って置き、消費したら補充するという習慣にしていれば、常に食料の備蓄が可能！
- ★生活用品
例えば、ティッシュ、トイレトペーパー、ラップ、ゴミ袋、ポリタンク、携帯用トイレなど。
- ★他にも、家庭に必要な物は日頃からそなえておきましょう。



★フログラムの様子★

～ぬり絵&折り紙～



～メンズデイ～



メンズ5人でアメリカまで歩き、
アイスを堪能しました。



オープンスペースで、他市の地域活動支援センター情報や、就労支援事業等の情報を閲覧できます。皆さん、ぜひ活用してください。



9月カレンダー

火	水	木	金	土		
 <p>お休み</p>	<p>1</p>	<p>2</p> <p>●メンズデイ 14:00~15:00 YouTubeを見ながら筋トレしましょう。皆さんの参加をお待ちしています。申込×切 9/1 持ち物: タオル・飲み物</p>	<p>3</p> <p>●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</p>	<p>4</p> <p>●メンバーミーティング 11:00~11:30 プログラム確認や内容を決めます。皆さんの参加、お待ちしております。</p>	<p>5</p> <p>お休み</p>	
<p>6</p> <p>お休み</p>	<p>7</p> <p>●月歩会 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。 【雨天中止】</p>	<p>8</p> 	<p>9</p> <p>●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。</p>	<p>10</p> <p>●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 童話の入力 ②エクセル 関数</p>	<p>11</p> <p>●レディースデイ 14:00~15:00 YouTubeを見ながら、ヨガで身体をリフレッシュしましょう。申込×切 9/10 持ち物: タオル・飲み物</p>	<p>12</p> <p>お休み</p>
<p>13</p> <p>お休み</p>	<p>14</p> <p>●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させますよ。講師の先生が優しく教えてくれますよ。</p>	<p>15</p> <p>●オープンスペース茶話会 14:00~15:00 オープンスペースでおしゃべりを楽しみましょう。</p>	<p>16</p> <p>●アートを楽しもう 13:30~15:00 自分のペースで絵を描くことができます。</p>	<p>17</p> <p>●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。マスクやエコバックにもトライしてみませんか？</p>	<p>18</p> <p>●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。</p>	<p>19</p> <p>お休み</p>
<p>20</p> <p>お休み</p>	<p>21 敬老の日</p> <p>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。</p>	<p>22 秋分の日</p> <p>祖先をうやまい、なくなった人々をしのぶ日です。</p>	<p>23</p> <p>●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。</p>	<p>24</p> <p>●手話で話そう 11:00~11:30 簡単な手話で話しましょう。</p> 	<p>25 本日ぼえむ発行</p> <p>●XBOXスポーツ 13:30~15:00 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。最近ゴルフにも挑戦しています。</p>	<p>26</p> <p>お休み</p>
<p>27</p> <p>お休み</p>	<p>28</p> <p>●ぼ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ぼ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。</p>	<p>29</p> <p>●火歩会 10:30~11:30 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。 【雨天中止】</p>	<p>30</p> <p>●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。</p> <p>●作業所見学 13:30~15:00 陽だまりを見学し、お茶をしましょう。申込×切:9/29</p>	<p>10/1</p>  <p>消毒しよう</p>	<p>2</p>  <p>マスクしよう</p>	<p>10/3</p>