

# 8がっほえむ

文字と言葉でつなぐ心のコミュニケーション Poem



外出プログラムでカワスイに行ってきました！

## 地域活動支援センターからのお知らせ

梅雨明け宣言後も曇りや雨の日が多く、すっきりしない天気が続いていましたが、皆さんいかがお過ごしでしょうか？

新型コロナウイルス感染症や熱中症がニュースでよく報道されています。皆さんも体調に気を付けてお過ごしください。

8月はほえむ夏バージョンです。プログラムに遊びに来てくださいね。



ぽ

る

ぐ

ら

お



**7月のメンバーミーティングは7名の方が参加してくださいました。  
原則毎月第一金曜日に実施予定ですので、皆さん参加してくださいね。  
ぽえむの発行は毎月25日です。**

**7月メンバーミーティング報告です。**

①7月のプログラムを確認

外出プログラムについて、結構歩くのか質問が挙がった。水族館は駅近ではあるが、昼食場所から水族館まで、水族館内も結構歩くことが予想されると回答した。

②8月プログラム(案)について

●外出プログラムリクエスト

- ・市内のスタバ
- ・調布駅周辺でのショッピング

●昼食会が実施可になった場合のリクエスト

- ・暑い時期なら冷やし中華
- ・カレー
- ・パンケーキ

●新規プログラムの希望

- ・また卓球大会をやりたい

③その他

・引き続き、感染予防の徹底をお願いいたします。  
また、少しでも体調が優れない場合は福祉センターへの来所を控えてください。

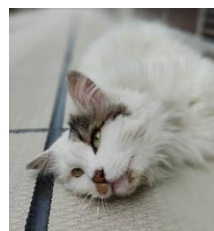
# You & Me

(このページはメンバーさんの投稿欄です)

くずわん  
**苦酢一さんからの投稿です**



**T・Yさんからの投稿です**



**コアラさんからの投稿です**



# ★プログラムの様子★

## 手芸クラブ

トートバッグ作り専門家の小安さん。ご自宅でも製作しているそうで、もうすぐバッグ屋さんを開店できそうですね！カラフルなバッグが勢ぞろいです。



Mさんはエプロンを完成させました。月1～2回実施されるプログラムで完成まで漕ぎつけるのは大変でしたが、根気よく作業に取り組みました。中でも、ポケットの位置決めを試行錯誤される姿が印象的でした。こだわりの詰まった作品、元気が出るカラーのエプロンでお料理も楽しくなりそうですね♪

## 音楽にふれよう6/21

- 福山雅治 道標
- ダウンタウン・ブギウギ・バンド 愛しのティナ
- 渡辺美里 ここから
- 小林明子 夏の終わりに
- 福山雅治 明日の☆SHOW
- ジュンスカイウォーカーズ すてきな夜空
- 渡辺美里 オーディナリー・ライフ
- 光 GENJI Graduation
- 福山雅治 最愛
- キャンディーズ つばさ

参加者は少なかったですが、リクエストにはたくさんお答えすることができました。

感染対策しながら  
プログラム運営中！



## レディーステイ in ココス 7/1(金)



ちょうどこの日から始まるスイーツフェアがあり、タイミング良く食べることができました。今年は例年より早く夏が始まったので猛暑の期間が長くなりそうですが、スイーツで一息つきながら乗り切りましょう♪

# 8月予定表

日	月	火	水	木	金	土
31 お休み	1 ●ぬり絵&折り紙&美文字クラブ 10:30~11:30 参加者の希望に合わせてぬり絵などを楽しみます。	2 	3 ●わくわくゲームクラブ 11:00~12:00 ドンジャラやトランプ、UNOをします。パソコンゲームもできます。	4 ●パソコン教室① ①13:00~14:00 うちわ ②14:15~15:15 エクセル&パソコンなんでもクラブ ②はパソコン自由プログラムとして時間を使うことができます。	5 ●メンバーミーティング 13:15~13:30 プログラムの確認などをします。 ●レディースデイ 【申込必要】【小雨決行】 13:30~15:00 スタバでお茶をしよう！現地集合あり。 申込〆切：当日午前中	6 お休み
7 お休み	8 ●卓球大会 13:30~14:30 卓球をします。ラリーや試合をしてみんなで楽しむ予定です。	9 	10 ●XBOXスポーツ 13:30~14:30 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。	11 山に親しむ機会を得て、山の恩恵に感謝する日。	12 ●手芸クラブ 13:30~15:00 参加者の希望に合わせて作品作りをしています。	13 お休み
14 お休み	15 ●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。	16 ●ヨガ教室【申込必要】 【先着5名】 14:30~15:50 講師をお迎えし、ヨガの基本的な動きや呼吸法を学びます。 申込〆切：8/11 フェスタオルを持参してください。	17	18 ●パソコン教室② ①13:00~14:00 ワード 童話の入力 ②14:15~15:15 エクセル&パソコンなんでもクラブ ②はパソコン自由プログラムとして時間を使うことができます。	19 ●わくわくゲームクラブ 11:00~12:00 ドンジャラやトランプ、UNOをします。パソコンゲームもできます。	20 お休み
21 お休み	22 ●手芸クラブ 13:30~15:00 参加者の希望に合わせて作品作りをしています。	23 ●音楽にふれよう 13:30~14:30 CDを持参していただいたり、リクエストを受けて音楽鑑賞するプログラムです。	24 ●メンズデイ 13:15~15:00 市内をドライブ。その後、若葉台でお茶をしましょう。 当日午前中までに申込をお願いします。 先着5名。	25 ●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。 <b>ぼえむ発行日</b> 	26	27 お休み
28 お休み	29 ●ぬり絵&折り紙&美文字クラブ 10:30~11:30 参加者の希望に合わせてぬり絵などを楽しみます。 ※クラフトワークもあるよ！！	30 ●火歩会 【雨天・酷暑中止】 10:30~11:00 三沢川沿いのゴミ拾いをします。	31 ●ようこそオープンスペース● 13:30~14:30 センター内オープンスペースで、色々な情報交換をしませんか？ ・スタッフに聞いてもらいたいこと ・趣味の話 ・困っていること etc 出入りは自由です。	1 	2 	3