

6がっぽろ

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

雨にぬれた花がひととき美しく感じられます。皆さんいかがお過ごしですか？

三沢川沿いはツツジやアジサイなど季節によって様々な草花を楽しめるととても良い所ですね。

さて、地域活動支援センターでは6月も様々なプログラムを実施します。6月のプログラム予定を確認して皆さんぜひ参加してくださいね。もちろん、プログラム以外での来所也大歓迎です。

令和7年度の地域活動支援センター登録決定通知を受け取っていない方は、スタッフまでお声掛けください。

ペンネームコアラさんからの投稿です。

「ツツジ🌸の写真です。雨が降りツツジが生き生きしているなあと思いました。」



いなぎーな

発行：社会福祉法人 稲城市社会福祉協議会 障害者地域活動支援センター

住所：〒206-0804 東京都稲城市百村7番地 電話：042-370-2480 FAX：042-379-3722

5月 メンバーミーティング報告

● 6月のプログラム（案）について

☆外出PG： 多摩動物公園、多摩センター

● その他（スタッフより）

- ・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来所を控えてください。

5月のメンバーミーティングは参加者が1名でした。

**自分の意見や提案をプログラムに反映できる貴重な機会です。ぜひ一度参加してみてくださいね。メンバーミーティングは原則毎月第一金曜日に実施予定です。6月は6/6（金）です♪
7月のぽえむ発行は6月25日です。**

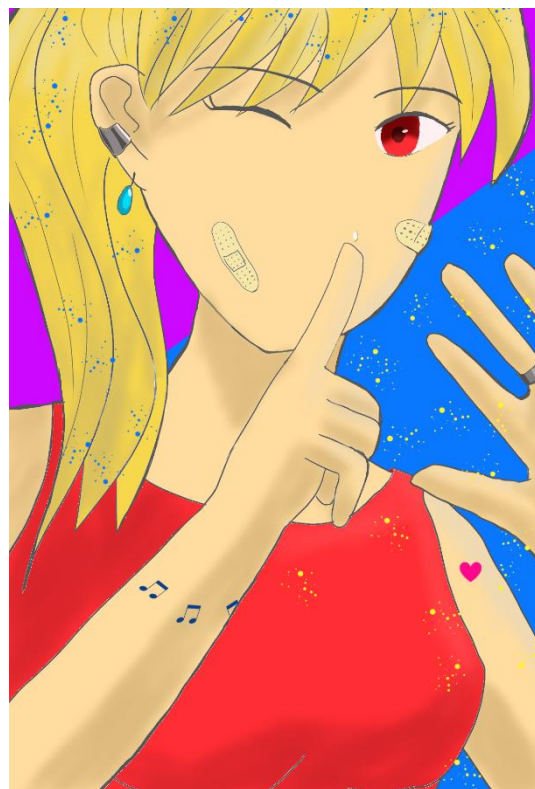


You & Me

（このページはメンバーさんの投稿欄です）



ペンネーム ^{くすわん} 苦酢一さんからの投稿です。



ペンネーム M I さんからの投稿です。

お知らせ 『あおぞらスポーツ』

今年の「あおぞらスポーツ」は、パラスポーツ体験です。種目はボッチャ・卓球バレーの2つ！

皆で参加してパラスポーツを楽しみましょう！参加希望者は地活職員まで！！

実施日：令和7年6月17日（火）

集合時間：10時15分

時間：午前10時30分～正午

集合場所：稲城市総合体育館ロビー

場所：稲城市総合体育館メインアリーナ

※当日は現地集合解散となります。

内容：パラスポーツ体験（ボッチャ・卓球バレー）

申込締切：6月11日（水）



★フログラムの様子★



レディースデイ～Tiamへ



稲城市内のサンドウィッチが有名なお店「Tiam」に行ってきました。具がぎっしり詰まったサンドウィッチは食べ応えがありました。😊 食事の後は街路樹のハナミズキを見ながら、散歩をしました。



昼食会



たけのこご飯・肉じゃが・わかめとえのきのみそ汁・フリンを食べました。😊
春野菜を食べて、季節を感じることができました。

農作業体験



のらぼうの収穫、撤去を行いました。
みなさんも農作業体験に参加してみませんか。😊
土に触れると心も体もリフレッシュしますよ。💖



火歩会



ゴミを拾うと町も心もピカピカ💎💎💎
今月からネーミングが変わります。😊😊😊

6月予定表



日	月	火	水	木	金	土
1 お休み	2 ●クリーン ウォーキング 【雨天時はティータイム】 10:30~11:30 三沢川沿いを歩きながら、ゴミ拾いのボランティア活動を行います。 ※「月歩会・火歩会」からプログラム名が変わりました。	3 ●ポッチャ 13:30~14:30 ポッチャを行います。初めての方でも楽しくプレーできますよ。あおぞらスポーツ前にぜひ練習しましょう。	4 ●おしゃべり会 13:30~14:30 皆でおしゃべりをしながら、午後のひとときを楽しみましょう😊	5 ●パソコン教室① ①13:00~14:00 うちわ作り ②14:00~15:15 エクセル&パソコンなんでもクラブ ①はワードを使ったうちわ作りを行います。 ②はエクセルと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。	6 ●メンバーミーティング 13:15~13:30 プログラムの確認や皆さんの意見を募集しています。 ●卓球 13:30~14:45 福祉センターで卓球を行います。飲み物やタオルは各自ご持参ください。	7 お休み
8 お休み	9 ●ラジオクラブ 10:30~11:30 オープンスペースでラジオを聞きながら作業を行います。 ●モルック 【雨天時はティータイム】 13:30~14:45 近隣の公園まで歩いて移動した後、モルックを楽しみましょう。	10 ●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めます。クラフトワークもあります。	11 ●外出プログラム ピッツェリア馬車道に行こう!!! 12:30~15:30 ピッツェリア馬車道に行って、ピッツァを皆で楽しもう。(若葉台) 【申込み: 6/9 まで】	12 ●パソコン教室② ①13:00~14:00 うちわ作り ②14:15~15:15 エクセル&パソコンなんでもクラブ ①はワードを使ったうちわ作りを行います。 ②はエクセルと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。	13 ●手芸クラブ 13:30~15:00 それぞれ参加者の希望に合わせて作品作りをしています。	14 お休み
15 お休み	16 ●ぬり絵&折り紙&美文字クラブ 10:30~11:30 ●体操教室 14:00~15:00 筋トレやリズム運動など、楽しく体を動かせます。 【定員: 6 名】 【申込み 6/13 まで】	17 ●あおぞらスポーツ 10:30~12:00 ポッチャ、卓球バレーの体験会に参加しましょう。 【申込み 6/11 まで】 稲城市総合体育館に集合・解散となります。	18 ●ゲームで遊ぼう! 13:30~14:30 オープンスペースで人生ゲームや桃太郎電鉄、トランプやUNO、かるたなどからゲームを選んでみんなで遊びます♪	19 ●ヨガ教室 10:30~11:50 【定員: 5 名】 【申込み 6/17 まで】 【持ち物: タオル】 ●栄養講座 13:30~15:00 【申込み 6/16 まで】	20 ●農作業体験 【雨天時はティータイム】 10:15~11:45 もりもりファームへ行って農作業を体験します。汚れても良い格好で参加してください。 【申込み 6/19 まで】 ●XBOXスポーツ 13:30~14:30 XBOXでスポーツを楽しみましょう	21 お休み
22 お休み	23 ●昼食会 二色丼&とん汁 11:00~13:30 メニューは二色丼です♪参加費は事前支払いをお願いします 【申込み: 6/19 まで】 【参加費: 450 円】 【持ち物: エプロン】	24 ●音楽にふれよう 13:30~14:30 皆が持参した CD やリクエストを受けて音楽鑑賞するプログラムです。	25 ●歩こう会 【雨天時はティータイム】 13:30~15:00 市内をウォーキングします。動きやすい服装で来てください。 ぽえむ発行日	26 ●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。	27 ●手芸クラブ 13:30~15:00 それぞれ参加者の希望に合わせて作品作りをしています。	28 お休み
29 お休み	30 ●ラジオクラブ 10:30~11:30 オープンスペースでラジオを聞きながら作業を行います。	●外出プログラム詳細● 日時: 令和 7 年 6 月 11 日 (水) 12 時 30 分福祉センター出発 行き先: ピッツェリア馬車道 料金: 税込 1,340 円〜(ピッツァ食べ放題) 交通費: 稲城駅から若葉台駅まで 【電車: IC 料金 片道 ¥140】 ※若葉台駅から 15 分程度歩きます。			●栄養講座詳細● 管理栄養士さんをお招きして講座を開催します。貴重な機会ですのでぜひ参加してください!! 質問も大募集中です。 お知らせ 6月は雨天中止ではなく【雨天時はティータイム】となっています。外でのプログラム実施が難しい時には、オープンスペースで話をしながらゆっくり過ごしましょう。紅茶の準備もしています。	