

9がっほえあ

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

地域活動支援センターでは、毎年9月から10月にかけて定期面接を行っています。この面接は、皆さんの近況を伺い個別支援計画書を見直す機会となります。必須ではありませんが、ぜひこの機会に皆さんとお話ができればと考えています。事前に予約していただくとスムーズに実施できますので、スタッフまでお声掛けください。

スタッフからお声掛けさせていただくこともありますので、よろしくお願いします。

ペンネーム コアラさんからの投稿です。
くじら橋👉で撮りました。夏空にヒコーキ雲を見つけました。夕暮れの空がとても印象的でした♪



いなぎーな

【メンバーミーティングの報告】

8月は6名の方にご参加いただきました。次回も皆さん参加してくださいね。

○9月プログラム【案】

外出プログラム：若葉台、吉祥寺（井の頭恩賜公園、メンチカツさとう）、高尾山
国立周辺（谷保までの道を歩いて多摩障害者スポーツセンターでご飯）

昼食会：からあげ、から好し、お稲荷さん、やよい軒

★こまめに水分補給をしていきましょう。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。

毎月実施されるメンバーミーティングは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。

メンバー同士の交流もできますよ。

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。

次回は9月5日（金）に実施します♪

10月のぼえむは9月25日（木）に発行予定です。



You & Me

（このコーナー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

注目!

10月のお知らせ

10月の「おやつ会」は10月19日（日）の午後に実施予定です。特に平日は仕事などでなかなかプログラム参加できない方は、ぜひこの機会に参加してくださいね。

詳細は10月ぼえむをチェック!!

9月29日（月）おしゃべり会

テーマは「困りごと 皆はどうしている??」
自分が困っていること、ほかの皆はどうしているのか気になることはありませんか?皆で意見を出しながら考えてみよう。

困りごとは紙に記載して箱に入れてもらい、一つひとつ発表していきます。

★フログラムの様子★

外出フログラム シシュマハル&HANA・BIYORI



京王みうりランド駅前のシシュマハルでランチを楽しんだあとに、HANA・BIYORIに行ってきました。

天気がよく、暑い日でしたが HANA・BIYORI の草花に囲まれてリフレッシュしてきました。🌻🌻🌻🌻🌻🌻

夏のクレープ祭り！！



夏のクレープ祭りでは「チョコバナナクレープ、みかん&パインクリームクレープ、ソーセージ&レタスクレープ」を作りました。生地は強力粉を使用したので、モチモチ食感でしたよ。😊生地のリシピが気になる方はスタッフまで…👏

パソコン教室



パソコン教室では普段はワードやエクセル、パソコン自由フログラムを行っていますが、毎年、夏に向けて5月から7月にかけてうちわ作り、新年に向けて11月～12月はカレンダー作りを行っています。興味がある方、ぜひ参加してみてくださいね！！

農作業体験



農作業体験は、時期によって様々な作業が体験できます。6月と7月はひまわりの種まき、きゅうりの苗植え、収穫体験をしました。🌻🍆

※ぼえむは毎月25日の発行です

9月予定表



日	月	火	水	木	金	土
お休み	1 ●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切手整理のボランティア活動などを行います。	2 ●音楽にふれよう 13:30~14:30 持参していただいたCDやリクエストを受けてYouTubeで音楽鑑賞を楽しみましょう。 	3 ●ゲームで遊ぼう! 10:30~11:30 オープンスペースでボードゲームやカードゲームを皆で楽しもう♪	4 ●パソコン教室① ①13:00~14:00 ワード&童話入力 ②14:15~15:15 エクセル&パソコンなんでもクラブ ①は童話入力を行います。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。	5 ●メンバーミーティング 13:15~13:30 プログラムの確認や意見交換を行いましょう。 ●おしゃべり会 13:30~14:30 皆で自由におしゃべりをしながら、午後のひと時を楽しみましょう。	7 お休み
7 お休み	8 ●外出プログラム 水族館へ行こう! マクセル アクアパーク品川 10:15~15:30 詳細は別途参照。 【申込み: 9/4 昼12時まで】	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切手整理のボランティア活動などを行います。 	10 ●卓球 13:30~14:30 福祉センターで卓球をしましょう。飲み物やタオルは各自ご持参ください。	11 ●パソコン教室② ①13:00~14:00 ワード&童話入力 ②14:15~15:15 エクセル&パソコンなんでもクラブ ①は童話入力を行います。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。	12 ●おやつ会 ビスケットケーキ 14:00~16:00 今月はビスケットケーキを作ります。参加費は事前支払いをお願いします。 【参加費: 300円】 【申込み: 9/10まで】 【持ち物: エプロン】	13 お休み
14 お休み	15 祝日: 敬老の日 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	16 ●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。	17 ●やってみよう脳トレ 10:30~11:30 脳トレをしよう!! プリントなどは準備しますので、安心してご参加ください。 	18 ●レトロ映画鑑賞会 13:30~15:45 映画鑑賞会を開催いたします。ぜひ参加してくださいね。上映映画については職員にお問い合わせください。 	19 ●XBOXスポーツ 13:15~14:15 XBOXを使ってスポーツゲームを楽しみましょう。 ●手芸クラブ 14:30~16:00 参加者の希望に合わせて作品作りをします。	20 お休み
21 お休み	22 ●クリーンウォーキング 【雨天時はティータイム】 10:30~11:00 三沢川沿いのゴミ拾いをします。 ●体操教室 14:00~15:00 【申込み: 9/19まで】 【定員: 5名まで】	23 祝日: 秋分の日 祖先をうやまい、なくなった人々をしのぶ日	24 ●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。 ●ゲームで遊ぼう! 13:30~14:30	25 ●ぼえむ発送ボランティア 10:30~11:30 ぼえむの発送準備を手伝っていただきます。 ぼえむ発行日 	26 ●どんぐり拾い 【雨天中止】 10:00~12:00 秋だ!どんぐりを拾おう。場所は稲城中央公園。 【申込み: 9/24まで】 詳細は別途参照。 ●手芸クラブ 13:30~15:00	27 お休み
28 お休み	29 ●おしゃべり会 テーマ「困りごと」 13:15~14:15 皆でテーマに沿って話をしましょう。詳細は2面参照。 ●ポッチャ 14:30~15:30 ポッチャを楽しもう。	30 ●歩こう会 【雨天時はティータイム】 10:30~11:15 ウォーキングに出掛けましょう! 場所は当日決まります。 ●音楽にふれよう 13:30~14:30	●外出プログラム詳細● 日時: 9月8日(月) 10時15分~ 行き先: マクセル アクアパーク品川(水族館) 道順: 稲城長沼⇄武蔵小杉⇄品川 ※電車 966円(往復IC料金) 入館料: 2,800円 (手帳提示で1,400円になります) お昼: フードコートで食べる予定です。 申込み: 9月4日(木) 昼12時まで 保険代: 当日保険代の33円を徴収します		●どんぐり拾い● 日時: 9月26日(金) 10時00分~ 集合: 福祉センター 活動場所: 稲城中央公園 申込み: 9月24日(水) まで ※車で移動予定 エイトピア工房と一緒に活動します。拾ったどんぐりの一部は、エイトピア工房でクッキー作りに活用させていただきます。予定で。	