



10月の予定表



こうじやだより



10月号

R2.10.1 発行

編集・発行
〒144-0033 大田区東糎谷 1-14-14
社会福祉法人プシケおおた
こうじや生活支援センター
Tel 03-5705-0738 (相談用)
03-5705-0744 (事務用)

日	月 12:00~17:30	火 休館日	水 12:00~17:30	木 休館日	金 12:00~17:30	土 休館日
				1 休館日	2 ～エンゲー リング(園芸の輪)～ こうじやファーム 14:00～ 	3 ※電話相談のみ 13:30～17:30
4	5 メンバーミーティング 14:00～ 	6 ※電話相談のみ 13:30～17:30 	7 ハロウィン飾付 ※詳細はポスターにて掲示します。	8 休館日	9 手話サークル 14:30～ ※インターネットを使って学習します。	10 ※電話相談のみ 13:30～17:30
13	12	13 ※電話相談のみ 13:30～17:30 	14	15 休館日	16 アクセサリ ① 15:00～ ② 16:00～ ※各回先着 4名まで	17 開所日 12:00～17:30 こうじや演奏プログラム 14:00～14:30 15:00～15:30 ※各回5名程度
20	19 	20 ※電話相談のみ 13:30～17:30 	21	22 休館日	23 生活相談 (松本さん) 19:00～ 	24 ※電話相談のみ 13:30～17:30 就労グループミーティング 18:30～ (場所については個別にお伝えします)
27	26 メンバーミーティング 14:00～ 生活福祉相談 (常数さん) 17:00～	27 ※電話相談のみ 13:30～17:30 	28	29 休館日	30	31 ※電話相談のみ 13:30～17:30

日を追うごとに涼しい過ごしやすい季節になってきました。この時期は夏の冷房による冷えの蓄積とともに、朝晩の冷気も増してきます。秋は柿、さつまいも、栗、さんまと美味しい食材がたくさんあります。その中でも柿は1個で1日分のビタミンCがあり、風邪の予防や疲労回復、老化防止に効果があると言われています。秋の旬の食材を食べて、免疫力を高めていきましょう。

今だから楽しめること

新型コロナウイルスによる影響で、こうじや生活支援センターでも夏のお祭りが中止になり、まだ再開できていないプログラムもあります。ただ、その中でも園芸、手話サークルや予約制のアクセサリや音楽会といったプログラムを開催しています。音楽会では楽器が弾けるメンバーさんと一緒に演奏することになったり、手話サークルでは「見上げてごらん夜の星を」を覚えていつか披露しようというお話が出ています。新型コロナウイルスで大変な毎日ですが、楽しめることを皆さんで考えていけたら良いですね。



台風災害に備えましょう



今年も台風が多く発生する季節となりました。昨年の台風19号では私たちも身の危険を感じるほどの大変なものでした。

毎年大きな災害をもたらしますが、気象情報の確認や事前の準備を行うことで被害を未然に防いだり、軽減することが可能です。気象庁が発表している気象警報・注意報などの「防災気象情報」を確認し、早めの防災行動・避難行動を行いましょう。

こうじやセンターでもハザードマップがありますので、ご覧になりたい方は職員までお声がけください。

Tシャツを作ります

昨年のお祭りでもお話しがありました、センター祭りや餅つき交流会等で着用するTシャツを作ることにしました。

これからのメンバーミーティング等で話し合いをしていきたいと思っておりますので、ぜひ皆さんご参加ください。たくさんのアイデアをお待ちしています。



ハロウィンの飾りつけ

今年はハロウィンイベントの開催は難しいですが、一緒にハロウィンの飾りつけをして楽しみましょう。詳しくはポスターにて掲示します。



※1 電話相談については月・金13:30～19:30、火・水・土13:30～17:30、開所・閉所かわらず行っております
 ※2 アクセサリ作りは15時からと16時から先着4名の予約制となります。窓口や電話でお申し込み下さい。
 ※3 今月の手話サークルはインターネットを使っての自主学习となります。
 ※4 先月に引き続き、火曜日と土曜日はフリースペースを閉めますが10月17日(土曜日)は14時からと15時の2回、各回に5名程度で、こうじや演奏プログラムを行います。職員のピアノ・ギターをご鑑賞ください。



こうじや演奏会

9月12日(土)、職員の刈屋さんのギター、濱口さんのピアノを聴く演奏会を開きました。2回に分けての開催で9名の方が参加しました。新型コロナウイルス感染防止のため歌うことはできませんでしたが、当日参加した方から自ら楽器演奏して他の楽器とも合わせられたらとの話も出ました。
 次回10月17日(土)も開催予定ですので、聞きたい曲のリクエストと一緒に楽器を弾きたい方もお待ちしております。参加された方からコメントをいただきました。

本日は濱口さん(ピアノ)と刈屋さん(ギター)演奏会に参加させていただきました!! 「北の国から」「セーラー服と機関銃」主題歌、松田聖子の「スイートメモリーズ」や中村雅俊の曲がありました!! 北海道の風景がよみがえりました。とても楽しかったです!! すてきな演奏していただきましてありがとうございました。また、参加させていただきたいです!! いろんな曲が聴いてみたいです。

田口琴絵

懐かしい曲が沢山聴けてとても良かったです。私のリクエスト曲も演奏して下さい、涙が出てしまいました。来月も楽しみにしています。素敵な時間をありがとうございました。



川島和江



自主企画手話サークル

9月14日(月)、自主企画手話サークルを行いました。参加者4名で、動画を観ながら手話の練習をしました。また、「見上げてごらん夜の星を」(坂本九)、「世界に一つだけの花」(SMAP)を手話でやってみました。感染防止のため歌えませんが、練習を重ねていくことで、音楽会で楽器とのコラボレーションができないかとの意見が出ました。パソコンで動画を見ながらの個人練習をしたいとの意見も出ました。

～～参加者から～～

「久しぶりで感動した。皆で『見上げてごらん夜の星を』を手話で歌えて感動した。来所した時、練習をしていつになるかわからないけれど、発表会をしたい」



秋の風
 猫の髭にも
 告げる夕
 こおろぎが秋の訪れ
 ユーチューバー
 エゴイズム露出演出
 機智炸裂
 願わくば縦横無尽に
 鳴き始め
 雷鳴の翌日こおろぎ
 南蒲田の住人さん



メンバーミーティングの報告

9月のメンバーミーティングは11日(金)は5名の方が参加されました。

意見箱より:

- 去年の夏まつりの後にお揃いのTシャツを作る話がありましたが、改めてアイデアを募集して作成するのはどうでしょう。⇒作成することになりました。方法は随時お伝えします。
- 最近、男女間のトラブルでセンターの居心地が悪いです。関係ない人まで影響が出ているので職員も間に入って、当事者同士の問題を解決するべきだと思う。⇒SSTを下記の通り行いました。

居心地の良いセンターにするためのSSTをしました:

- 距離を取りたい人との付き合い方。⇒◎上手に断る、その場から離れる。
- 嫌な人はどういう人? ⇒一方的に話す。内緒話をする。いない人の話をする。詮索する人。
- 解決策⇒排除では意味がない。周囲が配慮するのも違うと思う。本人に変わってほしい。
- どうやったら変わるのか。⇒自分の理想を持つ、自分の欠点をなくす、などの意見が出ました。
- 居心地の良いセンターとは? ⇒去年もトラブルはあったけれど、にぎやかで良かった。センターは自主的な運営をされて、問題はメンバー間で解決してきた。リーダーシップが求められるが続かない。
- ◎目標があると良いと思う。今年は新型コロナウイルスでイベントが中止になっている。そのなかでも一緒にできることをやる。Tシャツを作る。音楽会での楽器演奏。手話で歌う練習をする。

職員より:

- 厚生労働省から提供された布マスクがあります。欲しいかたは職員までお声がけください。
- エンゲージリングで何か植えたい植物がありましたら教えてください。
- 松本さんの生活相談についてお話ししました。

※9月30日のメンバーミーティングの報告は次回のおたよりでお伝えします。



実習生さんより

こうじや生活支援センターの皆様

8/17～8/26までお世話になりました YMCA 専門学校の陶山光世です。
 短い期間でしたが、初日から優しく声をかけお話ししてくださりと、とても嬉しかったです。どの方も気持ちよくあいさつを返してくださりと、親切な方ばかりでした。
 プログラムの手話サークルはDVDによるものでしたが、参加された方が以前習った内容も分かりやすく教えてくださいました。
 アクセサリー作りは本格的で、ピアス、イヤリング、キーホルダー、ストラップなど好きなものを選んでデザインや色も自由でわくわくして、私も楽しく参加させていただきました。ありがとうございました。そして貴重なお話しをしてくださった方、本当にありがとうございました。
 お話しできなかった方、お会いできなかった方が多いかと思いますが、コロナで大変な時に来させていただき、ありがとうございました。
 皆様お体どうぞ大切にお過ごしください。

陶山光世