

8月度ミーティング・運営ミーティング

7/17(土)に運営ミーティングを行いました。今回は書記を利用者さんに行って頂きました。

- ★意見箱には意見は入っていませんでした。
- ★予定確認。
 - ・ホワイトボードの8月分予定表を御覧下さい。
 - ・ふれあいファームの活動(買い出し)については、気温が高くて暑い8月ではなく、9月に延期します。
- ★流しそうめんの提案がありましたが、コロナの感染防止の観点から見送りになりました。
- ★盆踊り大会の提案がありましたが、これもコロナの感染拡大防止の観点から見送りになりました。
- ★平和島のプールに行こうと言う意見も出たが、これもコロナの感染拡大防止の観点から見送りとなりました。
- ★ウォーキングの際は準備運動も行っていますが、その準備運動のみの参加も可能です。
- ★議題
 - ・女性のお話を食堂で行ったらどうか。パーテーションが設置されてから対面で座ることが可能になったので。
 - 女性ならではの話題もあるので、個室(相談室)で話をしたい。
 - 女性のお茶会の時のような感じでやったらどうか?
 - 予約制にしたらどうか?(人数は3人までにする)
 - 次回運営ミーティング(8月21日)にもう一度話し合う。
 - ★ストレッチはウォーキングの前に準備運動としてやっていたが、ウォーキングとは独立して、30分づつ2回に分けて行うという意見があった。8月は暑さのピークになり、ウォーキングすると熱中症になる恐れもあることから、8月に行うウォーキングは、歩かずにストレッチのみを代わりに行うこととする。
 - 8/12(木) 14:00~15:00
 - ウォーキングの参加者は7人ぐらいなので食堂で行う。

ふれあいファーム

7月に自転車にて島忠へ野菜の種または苗の買い出しを行う予定でしたが、雨が降っていたため残念ながら延期となりました。今度は猛暑の8月を避けて9月に行く予定となります。9月に植えるのが適している野菜(ピーツ等)も植えたいねと以前話し合っていたので、次回こそは野菜の買い出しに行けたらいいなと思っております。野菜を植えることができなかつた代わりに、7月の活動では雑草の草抜きを行いました。雨上がりで土が少し湿っており雑草の根っこまで軽く抜くことができるとい、草抜きをするには良い条件だったので、作業がさくさく進みました。草抜きのほかにも夏場の暑い時期はすぐに土が乾いてしまうので、水やりも行いました。一通りの作業を終え、水が滴る花壇を見ると元気に咲いた花が見られて達成感がありました。暑い中での活動でしたが、参加された皆さんお疲れさまでした。これからもゆっくり朗らかに活動してまいりますので、良かったらぜひご参加ください。



活動日 8月19日(木) 15:30~17:00



かまた生活支援センター

おたより 2021年8月号

七夕の飾りつけを行いました!

6月下旬から7月にかけて七夕の飾りつけを行いました。折り紙で作った飾りはお祭りを連想する提灯や、貝殻模様の飾り、星などで夏の時期にとっても合うものことができました。飾りの準備をされた方は「久しぶりに童心に返ることができた。」と話されていました。

七夕飾りがあると、より季節感がありました。自然と目に留められている印象を受けましたので皆さんの心に残るものとなったようです。また短冊には心願成就や目標達成等の願いを込めて書いておられたので、それぞれの思いが届くといいなと思います。



発行: 社会福祉法人プシケおた
かまた生活支援センター
大田区西蒲田4-4-1
相談用TEL: 5747-1657
事務用TEL: 5700-6761
<http://www.koujiya-center.com/>

8・9・10月は風水害の起こりやすい季節です

記憶に残られている方も多々おられると思いますが、近年は毎年のように全国各地で大規模な風水害が発生しています。かまたセンターのフリースペースにもハザードマップ等を掲載し避難場所の確認ができるようにしております。しかし、避難場所は『地震』の時と『風水害』の時では必ずしも同じ場所とは限らないこと、又、状況によっては避難場所に移動することそのものが危険になりうることから、前もって災害時における行動指針を立てて置くことが有効です。その行動指針を【マイタイムライン】と言います。インターネットを利用できる方は一度ご覧になれることをおすすめします。インターネットを利用できない方はもちろん、利用できる方でもマイタイムラインの作り方がわからない方はセンタースタッフまでお声掛けください。一緒に作り、準備していきましょう。



2021年8月の予定表

氷 氷 氷

気象や災害等によって大田区に警報が発令された時点で閉所となります。予めご了承ください。

月	火	水	木	金	土	日
お休み 11:00~ 17:30	11:00~ 17:30	お休み	11:00~ 17:30	お休み (11:00~17:30 電話相談可)	13:00~ 17:30	お休み
11:00~の開館 となっています		11:00~の開館 となっています		土曜も17:30まで となっています		1 お休み
2 お休み	3	4 スタッフ会議の ためお休み	5	6 予約相談日 (予約相談のみ)	7	8 お休み 山の日
9 お休み 振替	10	11 スタッフ会議の ためお休み	12 室内ストレッチ 14:00~15:00 	13 予約相談日 (予約相談のみ)	14	15 お休み
16 お休み	17	18 スタッフ会議の ためお休み	19 ふれあいファーム 活動日 15:30~17:00 	20 予約相談日 (予約相談のみ)	21 運営ミーティング 15:00~16:00 	22 お休み
23 お休み	24	25 予約相談日 レディースタイム 13:00~15:00 メンズタイム 15:30~17:30	26 お散歩 15:30~17:00 	27 予約相談日 (予約相談のみ)	28 就労グループ ミーティング 17:30~19:00 	29 お休み
30 お休み	31 法律相談(予約制) 17:30~19:00 (担当:宮崎) 予約制 8/27(金)	3月より相談時間が 変わりました!				

※運営ミーティング・就労グループミーティングにプラスして、今月は「室内ストレッチ」を行います。

運営ミーティング・・・センターはみんなの場所です。来月の予定などみんなで考えていきませんか？
たくさんの方のご参加をお待ちしています。

お茶会・交流会・・・その場で集まったメンバーでおしゃべりする時間です。他の人の話を聞くだけでもOKです。

ふれあいファーム・・・センター前花壇で、花や野菜を植えて育てています。野菜がうまく育つと調理会を行ったりもします。

就労グループミーティング・・・「おおたワーククラブ」【登録制】 消費者生活センター第2集会室で行います。
くわしくは職員まで。

女性のお話し会・・・女性のみのお話し会です。話された内容についてはグループの中でのみ共有します。

ふれあい音楽会・・・2カ月に一回行っています。音楽療法士の先生をお呼びして、みんなでピアノに合わせて歌ったり、楽器を触ったりしています。

ミーティング・・・運営ミーティングに準じます。

当事者研究・・・当事者が主体的によりよい自分になるために考え話し合い実践します。

手芸クラブ・・・手芸に興味のある方が集まっています。内容は、編み物、裁縫、紙粘土での人形作り等々をしています。今は塗り絵も一緒に楽しんでいます。参加している人は、お茶を飲みながらおしゃべりをして楽しく活動しています。手芸用品等はありませんが、各自でのご用意をお願いします。

ウォーキング・・・健康増進のために、通常より速い速度で歩きます。

お散歩・・・最長、片道30分の道のりを、のんびり歩いて楽しみます。

女性のお茶会・交流会・・・女性のみでおしゃべりをするお茶会です。他の人の話を聞くだけでもOKです。

～ 専門相談 ～【予約制】

■ **法律相談**・・・法律に関するご相談をお受けします。弁護士が担当します。

*法律相談の予約の締切日は相談日の前の週の金曜日（お休みの場合はそのさらに前日）となります。

予約のない場合は弁護士の来所はありません。ご協力お願いいたします。

明治学院大学実習生 大方真衣さんからのメッセージを頂いています

一ヶ月間の実習ではお世話になりました。

みなさんとお話しできたことや一緒にプログラムに参加できたことは忘れられない経験になりました。

この経験を胸にこれからも頑張ります！

ありがとうございました。

