



2月予定表

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	2 休館日	3 梅見・豆まき ウォーキング 14:00~ 15:00	4 きょうだい会 16:00~ 17:30
5	6	7 ※電話相談のみ 13:30 ~17:30	8 メンバーミー ティング 14:00~ 15:00	9 休館日	10	11 建国記念 の日
12	13 手話サークル 14:00~ 15:00	14 ※電話相談のみ 13:30 ~17:30	15 災害用伝言ダイ ヤル練習 14:00~ 15:00	16 休館日	17 エンゲリング (園芸) 14:00~ 15:00	18 開所日 音楽の流れる時 間+音楽紹介 14:00~ 15:00 就労グループミ ーティング 17:30~19:00
19	20 生活福祉相談 (常数さん) 14:00~ 16:00	21 予約相談日 ※要予約 12:00 ~17:30	22 サイクリング 心のあけぼの展 14:00~ 16:00	23 天皇誕生日	24 メンバーミー ティング 14:00~ 15:00 生活相談 (松本さん) 18:30~ 19:30	25 開所日 音楽が流れる時 間+自由練習 14:00~ 15:00
26	27	28 ※電話相談のみ 13:30 ~17:30				

- ※1 電話相談につきましては月・金 13:30~19:30、火・水・土 13:30~17:30。開所・閉所にかかわらず行っております。
- ※2 2月の土曜日開所日は18日・25日です。
- ※3 生活福祉相談・生活相談をご希望の方は、事前に予約をお願いいたします。
- ※4 4日(土)はきょうだい会のため、電話相談は16:00までとなります。
- ※5 22日(水)サイクリングは自転車での移動となります。参加希望の方は自転車での来所をお願いします。

こうじやだより

2月号



2023.2.1 発行

編集・発行
〒144-0033 大田区東糀谷 1-14-14
社会福祉法人ブシケおおた
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)

お正月気分も落ち着き、ちらほらと梅も咲き始めて春の足音が聞こえてきました。2月3日の節分は邪気を祓って無病息災を願う行事です。古くから季節の変わり目は邪気が入りやすいと考えられていて、寒さが続き体調を崩しやすい時期と言われています。

節分にまくものと言ったら関東では煎り大豆ですが、新潟では落花生をまいていました。地域によって違いがあっておもしろいですね。

節分、梅見ウォーキング



2月3日(金)14時から梅見ウォーキングに行きます。節分の豆まきを行っている近くの神社を探して、節分と梅見を楽しみませんか。「この神社で豆まきをやっています!」という情報もお待ちしています。一緒に小さい春を探しに行きましょう。

災害用伝言ダイヤルの体験

災害用伝言ダイヤル(171)が毎月1日と15日に体験利用することができます。もしもの災害発生に備えて、利用方法を一緒に覚えてみませんか。2月15日(水)14時から行いますので、興味のある方はぜひご参加ください。

フリースペースの食事とご利用について

1月のメンバーミーティングにて話し合いをし、食事を再開することになりました。また、3階フリースペースでも温かい飲み物が飲みたいという意見があり、今までの2階だけではなく3階にもポットを置くことになりました。私物のカップは引き続き利用できませんが、紙コップを無料で用意しています。利用の際は職員へお声がけください。また、陽性者が発生した場合の状況把握のため帰られる際は職員へお声がけください。引き続き、皆様のご協力を宜しくお願いいたします。



第15回『心の、あけぼの展』のお知らせ

『心の、あけぼの展』が大田文化の森にて開催されます。大田区在住の精神疾患をお持ちの方、大田区内の福祉施設等をご利用の方の作品を展示します。

こうじや生活支援センターの利用者さんも出展していますので、興味のある方はぜひご来場ください。

開催日時: 令和5年2月21日(火)~26日(日) 22日(水)にサイクリングのプログラムであけぼの展に行きます。ご興味ある方は、自転車で来所をお願いします。
開催場所: 大田文化の森 1階展示コーナー



プログラムの報告

音楽が流れる時間

- いろんな曲がきけました。心地よかったです。
- 「興味のある曲が見つければなあ」と思いました。
- ピアノの曲は少なかったけど楽しかった
- 初めて参加して他のセンターと違って楽器演奏ができるのがよかった（コロナで楽器禁止なので）



来月は春の曲をリクエストいただきました、お楽しみに。

エンゲーリング～こうじやファーム～

今回は、ジャガイモを植えていました。芽が出るかな？成長が楽しみです。

皆さんから感想を頂きました。

- じゃがいもを植えました。食べられるようになるのが今から楽しみです。
- 初めてジャガイモを植えたので楽しかったです。
- とても楽しかったです。適当にお水をかけたので、良かったかどうかわかりませんが、お天気が良くて良かったです。



マーガレットはじめいくつかの花が咲いています。切り花にしてお持ちかえりもしていただいています。中には1ヶ月間次々とつぼみが花を咲かせてくれているとお話をしてくださる利用者さんもいます。大切にしてくれてありがとうございます。お部屋に飾りたい方は職員に声をかけてください。

初詣ウォーキング



1月4日新春の羽田神社に初詣に行きました。

羽田神社には何度か行っているのですが、羽田富士の工事が終了して登る事が出来ました。参加者の皆さんから感想を頂きました。

- 皆さんと一緒に初詣に行けて楽しかったです。来年も参加したいです。
- 初詣あまり行かないので行って楽しかったです。おみくじは吉でした。
- 人生で初めて初詣に行ったのしかったです。
- 羽田神社に行き祈ってきた。その祈りが叶うように精進したい。

良い年になりますように



常数さんを囲む会

1月23日に常数さんと漫画家の柏木ハル子さん、小学館の林さんが見学の為、来所されて、皆さんと一緒にお話をしました。

最近の物価高の話から、買い物の工夫や、光熱費について、好きな事、楽しみ、睡眠についてと一緒に話が出来ました。

生活保護について相談したい事や、不安な事がある方は常数さんの生活福祉相談は、次回は2月20日（月）14:00～予約制です。

柏木さんの作品「健康で文化的な最低限度の生活」他


メンバーミーティングの報告

※1月25日のメンバーミーティングは8名の方が参加されました。

- 1、3階で暖かい飲み物を飲みたい⇒ついたてを設置していますので、マスク着用忘れや、コップの放置等に気を付けて飲んでください。
- 2、2階で食事をしたい。⇒話し合っ結果、下記の事に留意して食事を2月から再開します。①1テーブルは壁に配置し、窓を向いてついたてを挟み座り2人で利用する。②2階に人が多い時は利用時間をずらす。③食事中はお話をしない。④食事の前後に使用場所を消毒をする。⑤みんなでルールを守りましょう。
- 3、物価高騰のこの頃、皆さんが工夫している事。
 - ①食品を100円ショップや業務スーパーやドラッグストア（マツキヨ）で購入。
 - ②特売の日、冷食が安い日や卵の安い日を知り活用する。
 - ③八百屋さんの方が値切ったりおまけをしてもらえたりする。
 - ④スプーン等が有料の所もあるのでもらう時に注意をする。
 - ⑤エアコンではなく電気絨毯の小さいものやガスストーブを利用する。
 - ⑥電気毛布は使わず、暖かい毛布を購入した、寝袋の利用や毛布の使い方を検討。あとは早めに寝て、テレビ代、電気代を節約する。
 - ⑦今回入院をするので病院で食事できることを楽しみにします。（体調の悪い時は入院も必要）
 - ⑧生活保護で、障がい者手帳が2級なら特別加算が出たり、ある程度の貯蓄はできる。（安心代）
 - ⑨コーラやジュースを1回お水に変えるだけでも毎日だと節約になる。
 - ⑩まとめ買いや、作ったものを小分けにして食べる。
 - ⑪肉の三喜屋さんのお弁当は500円でおかずの種類が多い。
 - ⑫それでも苦しい時はフードバンクの情報も提供しますので職員まで。

今月の投稿

2022.12.16



16日にセンターでもらったお花をお世話して、あたらしくつぼみがひらきました♡

最初のお花は少ししぼんでしまいましたが、かわいいお花が、つぼみがあつて、ちよと明るい気持ち



2022.12.26

みぞぐち さん



田尻隆勝 さん

おしゃべりは 女友との 日向ぼこ

友が増え 喜びも増え 老いの春

寒風や 木の葉集めて 明日待つ

俳句

どんぐり さん