

2 月度運営ミーティング

★ 3 月の予定決め

プログラム

○SST：3/8（金）14:00～15:30

○お茶会：3/12（火）14:00～15:00

○手芸クラブ：3/23（土）14:00～15:00

○音楽会ミーティング：2/16（金）14:00～15:00

○クッキング：3/23（土）17:30～18:30（買い出しは 16:00～17:00）

※その他のプログラムなどの予定は予定表を参照して下さい。

★ご意見箱→2 通ありました。

①「地域交流室の本棚に自分の病気に関する本を寄附したい。興味のある人に見てもらえたらと思うが、置いていいかどうかの決め方などについて話し合えたらいいな」と思い、意見を入れました。」

・ミーティングに参加出来ない場合は本を職員に預け、職員がミーティングで紹介し、皆さんの了解を得ていた。

・自分の病気について知ってほしいというのは大切なことだと思う。

・本の背表紙に寄附してくれた人のメッセージなどを書くといいのでは。

⇒現行通り、ミーティングで皆さんの了解を取る。

②「センターに自分が使うマグカップを置きたい。置いていいとしたら、ルールをどうするか。」

・温かいお茶やコーヒーだと紙コップだと手が熱いので、カップを持ってきたいが、

毎回持ってくるのは大変。

・こうじやセンターでは以前は利用者個人のカップを保管していたが、感染者対策で取りやめになった。

センターに来なくなってしまう人のカップをどうするかといった管理の問題もある。

⇒ポットの横に共用のコップやお皿をまとめて設置する。

コップを使った人は厨房で各自洗い、ペーパータオルでふいて、元の場所に戻す。

★お花見について 3/28（木）14:00～15:30 にあるプログラム「お散歩」の中で行きます。

★その他ご意見

・「テーブルを使った後、椅子を元に戻さない人がいる。またテーブルに物を置いた後、消毒しない人がいる。」

⇒食事の後は消毒することになっているが、それ以外は必ずしも毎回消毒しなくてよい。

・何かこぼしたりした場合は拭いてほしい。

・椅子が重いので、帰る時だけ椅子を戻すようにしている。

⇒帰るときには各自椅子を元の場所に戻しましょう。

ふれあいファーム

2 月の活動は風がなびく中、手指で小さい雑草をつまんで抜く作業を行いました。

風で金魚草が倒れていたため、また今度植える機会があったら土深くまで掘って植えたらいいということをボランティアの方から教えていただき、勉強になりました。3 月は一年間を振り返っての感想を参加した方とお話しできたらと思います。ぜひご参加ください。

次回活動日：2024 年 3 月 19 日（火）14:00～15:00 一年間の振り返り

2024 年 3 月 21 日（木）14:00～15:30 活動日



かまた生活支援センター

かまた生活支援センター

大田区西蒲田 4-4-1

おたより 2024 年 3 月号

相談用 Tel：5 7 4 7-1 6 5 7



3月23日(土)にクッキングイベントを行います！

「みんなでできる簡単で美味しい料理を作りたい」という意見が挙がったり、「普段一人暮らしをしていて、野菜を意識して食べることが少ないので、野菜も取れるご飯が食べたい」という話が出たことから

今回はハンバーグを作ることになりました。ぜひご参加ください。

メニュー：ハンバーグ、コンソメスープ、ご飯

参加費：500 円(当日食べるだけの参加も OK)

参加費締切：3月23日(土)15:30 まで



当日のスケジュール 3月23日(土)

16:00～17:00 食材買い出し(近隣スーパーに行きます)

17:30～18:30 調理

18:30～19:00 夕食

19:00～19:30 片づけ

※食材の内容や、レシピの確認や役割分担の打ち合わせを

3月2日(土)14:00～14:30 で行います。

マグカップ・小皿の貸出しについて

厨房のカウンターに、マグカップと小皿をご用意しました。
熱いお茶を飲むときなど、ご自由にお使いください。使い終えたら、厨房の
流し台で洗い、ペーパータオルでふいて、もとの場所にお戻しください。



令和6年 2 月9日金曜日に防災訓練を行いました。

矢口消防署協力のもと、かまた生活支援交流センターの建物全体(かまた生活支援センター、シルバー人材センター、ENTAS、ホーム蒲田の4事業所)で行う4年ぶりの訓練でした。訓練の内容としては、初期消火訓練と避難誘導訓練、そして、応急救護訓練を行いました。参加したセンター利用者さんは、5 名。呑川側の非常階段を使い避難誘導を行い、1 次避難場所の太平橋公園で点呼を取り、消化器を利用した初期消火訓練を行いました。その後、希望者が集まり、センターの地域交流室を使って、応急救護訓練を行いました。



防災訓練の様子

2024年 3月 の予定表

月	火	水	木	金	土	日
	11:00～ 17:30	お休み	11:00～ 17:30	*5月より開 館してます* 11:00～ 17:30	13:00～ 19:30	お休み
			1 土曜は 19:30 ま での開館です。	2 クッキング 打ち合わせ 14:00～14:30	3	
4	5	6 スタッフ会議 のためお休み	7 室内ストレッチ 14:00～15:00 	8 SST 14:00～15:30 	9 音楽会 ミーティング 14:00～15:00 	10 お休み
11	12 お茶会・交流会 14:00～15:00 	13 スタッフ会議 のためお休み	14 ウォーキング 14:00～15:30 	15	16 運営 ミーティング 15:00～16:30 就労グループ ミーティング 17:30～19:00	17 お休み
18 お休み	19 ふれあいファーム 活動ふり返し 14:00～15:00 	20 春分の日 お休み	21 ふれあいファーム 活動日 14:00～15:30 	22	23 手芸クラブ 14:00～15:00 クッキング買 い出し 16:00～17:00 クッキング 17:30～18:30	24 お休み
25 お休み	26 法律相談 (予約制) 17:30～19:00 (担当: 宮崎) 予約日 3/27(木)	27 スタッフ会議 のためお休み	28 お散歩(お花見) 14:00～15:30 	29	30	31 お休み

※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。

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。

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めます。

ストレッチ・・・椅子に座りながらできるストレッチをします。体に無理のない範囲での参加や見学もOKです。

SST・・・認知行動療法の一つでソーシャル・スキル・トレーニングの頭文字を取っています。
ロールプレイを通してコミュニケーションの練習をします。

音楽会・ミーティング・・・奇数月は来月の音楽会がどんな形で行うのがよいかを話し合います。

音楽会・・・偶数月に音楽会を行います。聴くだけの参加もOKです。

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。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。

～ 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木曜日（お休みの場合はそのさらに前日）となりました。
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。