

8月度運営ミーティング

★9月の予定

- ・手芸クラブ：9/13(金)14:00～15:00
- ・音楽会：9/14(土)14:00～15:00
※9月から音楽会ミーティングはなし。プログラムの時間内でその日に聴きたい音楽のテーマを話し合ってから始める。
- ・SST：9/6(金)14:00～15:30
- ・ピアサポート：9/27(金)14:00～15:30
- ・お茶会・交流会：9/12(木)14:00～15:00
- ・お散歩 9/26(木)15:30～17:00
- ・クッキングイベントミーティング：9/28(土)14:00～15:00
- ・お菓子作り 9/20(金)14:00～16:30 ※予約締切 9/19(木)
- ・三味線演奏会 9/7(土)14:00～14:30

※9月もウォーキングは中止。天候状況や警報の発令等により、活動をお休み、または活動時間を短縮することがあります。

★ご意見箱

- ①土足で厨房に入る人がいる。土足 OK にするか、キッチンシューズの数を増やすか、どちらかにしてほしい。
→足が不自由で履き替えが難しい人もいるし、休憩のときなどは履替えがないほうが出入りしやすい。ただし、土足を OK にするとしたら、こまめに掃除する必要がある。
→個人で厨房に入るときはキッチンシューズに履替え。プログラムで使用するときには、終了時に参加者で厨房を掃除する。
- ②センターには DVD プレーヤーしかないのでブルーレイを観ることができない。ブルーレイプレーヤー購入を検討してほしい。
→(職員より)2万円以下の物なら購入可。次回ミーティングで、購入できそうなものがあれば提案します。
- ③お茶会・交流会の話題について。最初に話題が決まらないことが多いので、話すテーマを決めてはどうか(例：おいしかったもの・行ってみたいところ・毎日続けていること・好きな動物やスポーツ等)。サイコロやあみだくじ等で当たったお題について順に話すのもよい。必ずしも当たったお題について話さなくても OK、などゆるいやり方でいいと思う。
→お茶会は自由に話す会なので、話が支離滅裂でも和やかに話せばいいと思う。テーマが決まっていると、話す前に考えないといけないし、何気なく参加できるほうがいい。
→テーマを決めず自由におしゃべりできるときはそれでよいが、テーマに困ったり話題が尽きたりしてしまうこともあるので、そういうときは取り入れてみるのもよいと思う。
→その時々のお話の状況に応じ、必要そうなときは提案のうえ、取り入れてみる。

★職員より

- ①西蒲田4丁目町会より、アクエリアスをいただきました。ペットボトルがフリースペースの冷蔵庫(自販機横)に入っています。冷蔵庫の上に紙コップを置いておきますので、各自ご自由にお飲みください。(お一人1日1杯)
- ②今年度の地域交流イベントについて。今後の運営ミーティングで話し合いたいと思います。
- ③あけぼの会ハイキングについて
行先は上野動物園。9/28(土)9:30 蒲田駅待合せ。9/18(木)申し込み締め切り(職員まで)。
利用者の皆様の参加費はあけぼの会が負担します。障害者手帳をお持ちの方は動物園の入場料は無料です。

ふれあいファーム



8月の活動は雑草抜きや枯れた花を摘み取る作業をおこないました。参加した方から水やりをしたら花が生き生きして見えたという素敵な感想も頂きました。連日の暑さで花たちも元気ありませんでしたが、活動日の数日後には元気に復活していました。少しずつ気温が落ち着きつつあるかなとは思いますが、まだまだ活動をしていると暑さを感じますので、暑さ対策をして参加して下さい。

また、今後秋に植える花の苗を南久が原圃場に取りに行く予定も決めていきますので、詳細が決まり次第お知らせいたします。

次回活動日：2024年9月19日(木) 15:30～17:00



かまた生活支援センター



おたより 2024年9月号

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

～お菓子作り～

9月のお菓子作りはいつもと異なり、9月20日金曜日14:00～の予定となります。参加希望の方は、注意して下さい。申込期限も前日の9月19日木曜日になります。

今回は、チーズタルトを作ります。どういうチーズタルトが出来るのか楽しみですね♪



「クッキングイベント」

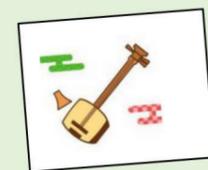
8月24日土曜日に第3回クッキングイベントを行いました。今回は、夏も終わりなので、最後の冷やし中華を作りました。スープは醤油とゴマの2種類で、決をとるとほぼ半々の6対5となりました。冷やし中華の具材は、胡瓜、トマト、錦糸玉子、クラゲ、海老、ウズラの玉子、カニカマ、紅生姜と豪華な物となりました。



次回：9月は10月のクッキングイベントで作成する料理を決めるためのミーティングを行います。奮ってご参加下さい 9/28(土)14:00～15:00

三味線演奏会告知

三味線演奏会は、第2回、9月7日の土曜日の14時からかまた生活支援センターのフリースペース(食堂)で行われます。前回の初回は、参加した皆さんと和気藹々と三味線の合奏、おなじみの歌の合唱など楽しく行いました。第2回の今回は、どのような内容となるのか?とても楽しみなので、皆さんも奮ってご参加下さい。参加希望の方は当日直接センターにお越し下さい。





2024年9月の予定表



月	火	水	木	金	土	日
お休み	11:00～ 17:30	お休み	11:00～ 17:30	11:00～ 17:30	13:00～ 19:30	お休み
2 お休み	3	4	5 室内ストレッチ 14:00～15:00 	6 SST 14:00～15:30 	7 三味線演奏 14:00～14:30	8 お休み
9 お休み	10	11 スタッフ会議 のためお休み	12 お茶会・交流会 14:00～15:00 	13 手芸クラブ 14:00～15:00 	14 音楽会 14:00～15:00 	15 お休み
16 敬老の日	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 お菓子作り 14:00～16:30 <small>予約制 9/19(木)</small> 	21 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	22 秋分の日
23 秋分の日 振替	24 法律相談 (予約制) 17:30～19:00 (担当:宮崎) <small>予約制 9/19(木)</small> 	25 スタッフ会議 のためお休み	26 お散歩 15:30～17:00	27 ピアサポート 14:00～15:30 	28 クッキング ミーティング 14:00～15:00	29 お休み
30 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みます。

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・・・当日に聞きたい音楽のテーマを話し合っ、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。

【予約制】～ 専門相談 ～

■ **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。

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。