

9月度運営ミーティング

★10月の予定

- ・ストレッチ：3日(木) 14:00～15:00
- ・SST：4日(金) 14:00～15:30
- ・手芸クラブ：5日(土) 14:00～15:00
- ・音楽会：8日(火) 14:00～15:00
- ・お散歩：10日(木) 15:30～17:00 ※10月前半でまだ暑さが予想されるので、お散歩のみサマータイムでの実施
- ・お茶会、交流会：15日(火) 14:00～15:00
- ・ピアサポート：22日(火) 14:00～15:30
- ・ふれあいファーム：24日(木) 14:00～15:30
- ・お菓子作り：25日(金) 14:00～16:30 ロールケーキを作ります
- ・クッキングイベント：26日(土) 14:00～19:00
- ・ウォーキング：31日(木) 14:00～15:30

★利用者の皆さまからのご意見

- ①外出やふれあいファーム等の活動時間を9月までサマータイム(15:30～17:00)としていたが、10月以降はどうするか？
→お散歩は前半(10/10)にして時間をサマータイム、より動きの激しいウォーキングを月末(10/31)にして時間は通常(14:00～15:30)に戻す。ふれあいファームも通常の時間に戻す。
- ②ふれあいファームで野菜を植えれば、クッキングイベント等で食べることもできるのでは？
→次回の活動の際に希望を伺う
- ③厨房の靴の脱ぎ履きについて。靴を抜いてすのこの上に乗るか、すのこの上で履き替えるのか？
→基本はすのこの手前で靴を脱ぎ、すのこの上で履きかえる(土足ですのこに乗らない)。ルールをドアに張り紙で掲示する。
→足が不自由などの理由で脱ぎ履きが難しい場合は、すのこに乗らず(すのこをまたぐか、どける)、靴のまま厨房に入る。
※ご意見箱のご意見はなし

★職員より

- ①イベントのお知らせ
 - ・令和6年度大田区精神障がいピアサポート講座(参加無料)
日程：10月17・24・31日(木)／10:00～15:00 ※単日参加も可能ですが、全3回参加した方には修了書が交付されます。
場所：大田文化の森(申込期限：10月4日 ご興味のある方は職員まで。詳細は掲示板のパンフレットをご参照ください)
 - ・第26回東京都障害者ダンス大会「ドレミファダンスコンサート」(入場無料)
日時：12月1日(日)／12:30～14:00
場所：千駄ヶ谷コミュニティセンター(申込期限：10月29日 参加ご希望の方は職員まで)
- ②センターにある過去の雑誌を段ボールに入れ、フリースペースに置きますので、ほしい方はご自由にお持ちください。
- ③ブルーレイプレーヤーの購入について(前回ご意見箱にお寄せいただいた意見より)
→TVにつなぐだけなら9千円位から、PCにつないで見るなら1万7千円位からあり。特にご意見がなかったので、提案した方と相談して購入します。
- ④地域交流会イベントについて、皆さまからのご意見募集
 - ・紙芝居大会(図書館で無料で借りられる)
 - ・じゃんけん&お菓子のつかみ取り
 - ・商店街のイベント(未定)に参加して芋煮会などを行う
 →10月号のおたよりでも掲載して意見を募る予定。次回のミーティングで話し合います。

ふれあいファーム

9月の活動は2名の利用者さんと先月に引き続き、雑草抜きや枯れた花を摘み取る作業をおこないました。途中で雨が降ってきたため、中止となりましたが花壇を綺麗にすることが出来ました。初参加で楽しかったという感想や、色々な話ができてよかったという感想がありました。

10月の活動は秋苗の植え替えをおこないます。普段は第3木曜日が活動日となっていますが、秋苗を取りに行くのが10月18日ということもあり、10月は第4木曜日となります。また、10月からサマータイムが終了となりますので開始時間にもお気をつけ下さい。

次回活動日：2024年10月24日(木) 14:00～15:30

お菓子作り

9月のお菓子作りではチーズタルトとフルーツタルトを作りました。難しい作業もありましたが、お店のようにきれいに出来上がりました！



発行：社会福祉法人プシケおた

かまた生活支援センター

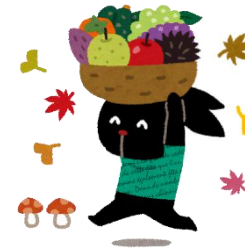
かまた生活支援センター

大田区西蒲田4-4-1

おたより 2024年10月号

相談用TEL：5747-1657

事務用TEL：5700-6761



「地域交流会のイベント 大募集！！」



かまた生活支援センターでは、地域の方々と一緒にイベントをやることを企画しています。過去にはギャラリー喫茶(演奏会と絵画やプラモデルの展示を同時に行う)や芋煮会などを行ってきました。

今年は、どのような内容・スタイルのイベントをやるのか？演奏会？展覧会？調理会？利用者さんたちと、地域の皆さんがどのように交流していくかを考えていきたいと思っています。



つきましては、皆さんから地域交流イベントのアイデアを募集いたします。方法は口頭でもご意見箱への投書でもかまいません。ユニークで地域の皆さんと楽しめるイベントの企画を今後、運営ミーティングで、皆で考えていきましょう。



2024年1月に実施した地域交流イベント「打楽器コンサート」

2024年10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
	1	2 スタッフ会議 のためお休み	3 室内ストレッチ 14:00~15:00 	4 SST 14:00~15:30 	5 手芸クラブ 14:00~15:00 	6 お休み
7 お休み	8 ふれあい音楽会 14:00~15:00 	9 スタッフ会議 のためお休み	10 お散歩 15:30~17:00 	11	12	13 お休み
14 スポーツの日	15 お茶会・交流会 14:00~15:00 	16 スタッフ会議 のためお休み	17	18 花の苗の買い出し 10:30~12:00 	19 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	20 お休み
21 お休み	22 ピアサポート 14:00~15:30 	23 予約相談日 メンズタイム 13:00~15:00 レディース タイム 15:30~17:30	24 ふれあいファーム 活動日 14:00~15:30 	25 お菓子作り 14:00~16:30 <small>予約制 10/24(木)</small> 	26 クッキング会 買い出し・調理 14:00~18:00 食事・片づけ 18:00~19:00	27 お休み
28 お休み	29 法律相談 (予約制) 17:30~19:00 (担当:宮崎) <small>予約制 10/24(木)</small> 	30 スタッフ会議 のためお休み	31 ウォーキング 14:00~15:30 			

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・・・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。