

11月度運営ミーティング

★12月の予定

- ・手芸クラブ 12/2(火)14:00~15:30 ・クリスマスツリー飾りつけ&お茶会 12/4(木)14:00~15:30 ・お散歩 12/6(土)14:00~15:30
 - ・ストレッチ 12/9(火)14:00~15:00 ・ふれあい音楽会 12/11(木)14:00~15:00 ・運営ミーティング 12/13(土)15:00~16:30
 - ・ウォーキング 12/16(火)14:00~15:30 ・ふれあいファーム 12/18(木) 14:00~15:30 ・クリスマス会 12/20(土)14:00~16:00
 - ・就労グループミーティング 12/20(土)17:30~19:00 ・ひあの会 12/23(火)14:00~15:30
 - ・地域交流イベントの話し合い 12/26(金)14:00~15:00 ・大掃除 12/26(金)15:00~17:30 ・忘年会 12/27(土)14:00~19:00
- ※12月は地域交流イベントの準備やクリスマス会等イベントが多いため、レジンアクセサリー作りはお休みとさせていただきます。

★忘年会について

お菓子作りボランティアの田中さんは 12/27 (土) に来所可能。センターの年内最終日でもあるので田中さんと一緒に何か作って忘年会ができたと思う。田中さんはお料理もお得意なので、お食事・お菓子のどちらでも可能だが、どちらがよいか。
→お料理を作ることに決定。

★クリスマス会について

12月 20 日(土)14:00~16:00

クリスマスカードの交換、bingoゲームとプレゼント交換（お散歩のときに人数分のプレゼントの買い物に行く）、歌など。今年はお菓子作りと日程が合わないため、お菓子作りはしない。感染症のリスクもあるため、ケーキ等の生菓子は出さず、市販のお菓子を皆で食べる。参加費は 300 円(お菓子代込み)。

★地域交流イベントについて

- ・チラシは ENTAS のメンバーが作成中
 - ・学童の子どもたちに塗り絵または絵を描いてもらって階段の壁等に展示したい。チラシが完成しだい、学童に依頼に行く予定。
 - ・ENTAS の渡辺さんより、落ち葉を使った飾り作りの提案あり。今週いっぱい落ち葉を拾い集めていただき、しおれてしまわないよう加工が必要なので、来週 2 回に分けて作業予定。（落ち葉を洗って水分を拭き平らに乾かし、水でうすめたボンドでコーティング）
- ※プログラムの日以外にも展示作品作りの作業日を設けますので、ご協力いただける方はカレンダーをご確認ください。

★意見箱…なし

★職員よりお知らせ

- ・2F の ENTAS の職員からロデオボーイの寄付の申し出あり。寄付をお受けするかどうか。
→いただいてシャワー室に設置することに。
- ・11月 30 日 (日) 10:30~13:30 西蒲田商店街にておなづかみんなのおまつり開催。

ふれあいファーム



11月の活動は 5 人の利用者さんが集まり、ボランティアさんと一緒に花壇とジャガイモ畑の手入れをしました。10 月に植えたアリッサムとパンジーは元気に花を咲かせており、周りの細かい雑草や枯れた花を取り除くとスッキリとして綺麗になりました。ジャガイモもぐんぐんと育っています。12月の収穫を楽しみに待ちましょう。

次回活動日：12月 18 日 (木) 14:00~15:30



発行：社会福祉法人プシケおおた

かまた生活支援センター

大田区西蒲田 4-4-1

相談用 tel : 03-5747-1657

事務用 tel : 03-5700-6761

<http://www.koujiya-center.com/>

かまた生活支援センター

おたより 2025 年 12 月号



クリスマス会 in 2025

今年もクリスマス会を行います！皆さまのご参加をお待ちしています！

日時：12月 20 日(土) 14:00~16:00

申込み期間：12月 2 日(火)~16 日(火)14 時まで

参加費：300 円

bingoゲームとプレゼント交換、歌、クリスマスカードの交換を行います。今回お菓子作りはありませんので、当日、参加者のみなさんと飲み物とお菓子などの準備をします。



大掃除のお知らせ

恒例の大掃除、今年は 12 月 26 日 (金)

15:00~17:30 に実施します。そのため、相談電話、フリースペースの利用は 15:00 までとさせていただきますのでご了承ください。

今年のよごれ今年のうちに、
一緒にきれいにしませんか？



忘年会のお知らせ

今年最後のクッキングイベントは忘年会になりました。

日時は 12 月 27 日 (土) の 14:00~19:00 で、ピザを作つみんなで食べる予定です。

今年最後の開所日に、一緒にピザを食べながら過ごしてみませんか？



～年末年始のスケジュール～
今年の年末年始のお休みは、2025 年 12 月 28 日(日)~2026 年 1 月 5 日(月) です。



<入職のご挨拶>

初めまして。令和 7 年 11 月 1 日に入職し、かまた生活支援センターに配属になりました宮崎雄一郎と申します。よろしくお願いいたします。

口下手なので「さて何を話そうかな？」と PC とにらめっこをしながら今この自己紹介を書いていますが、好きなものの話をしてみようかなと思います。好きなものは amazarashi というバンドの曲を聴くこと、ウクレレを弾くこと（下手の横好きですが）です。そんな若輩者ですが皆様どうぞよろしくお願ひいたします

宮崎 雄一郎

<メンバーの皆様へ>

16 日間の実習期間、本当にありがとうございました。皆さんに優しくして下さったこと、たくさんお話をしたこと、一緒にプログラムに参加したこと、一生忘れないと思います。皆さんのお陰で、本当に充実した実習を行うことができました。

皆さんそれぞれのお顔を思い出すと寂しくて仕方がないので、ボランティアで遊びに来ようと思っています。またお会いできる日を楽しみにしています。

実習生 藤島綾子

2025年12月の予定

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~ 19:00	お休み
1	2 手芸クラブ 14:00~15:30 ※地域交流イベント 展示作品づくりも! 	3 スタッフ会議 のためお休み 	4 クリスマスツリー飾り& お茶会交流会 14:00~15:30	5 ※地域交流イベント 展示作品づくり 14:00~	6 お散歩 14:00~15:30 ※地域交流イベント 展示作品づくり 15:30~ 	7 お休み
8 お休み	9 室内ストレッチ 14:00~15:00 	10 スタッフ会議 のためお休み 	11 ふれあい音楽会 14:00~15:00 ※地域交流イベント 展示作品づくり 15:00~ 	12 ※地域交流イベント 展示作品づくり 14:00~	13 運営ミーティング 15:00~16:30	14 お休み
15 お休み	16 クリスマス会 予約締切14:00迄 (会費¥300) ウォーキング 14:00~15:30 	17 スタッフ会議 のためお休み 	18 ふれあい ファーム 活動日 14:00~15:30 	19 ※地域交流イベント 展示作品づくり 14:00~	20 要予約 クリスマス会 14:00 ~16:00 就労グループ ミーティング 17:30~19:00 【登録制】	21 お休み
22 お休み	23 ぴあの会 14:00~15:30 法律相談 (予約制) 15:30~17:00 (担当:宮崎) 予約締切 12/18(木)	24 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 	25	26 地域交流イベ ント話し合い 14:00~15:00 大掃除 15:00~17:30 電話相談、 フリースペース 15:00まで 	27 忘年会 14:00~19:00 	28 お休み
29	30	31	1/1	1/2	1/3	1/4
年末年始休業 12/28~1/5 						

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

ストレッチ…室内で簡単な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。



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。

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。

ふれあい音楽会…当日に聞きたい音楽のテーマを話し合い、音楽会を行います。聴くだけの参加もOKです。



ふれあいファーム…センター前の花壇で、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。

手芸クラブ…編み物、裁縫、紙粘土など手芸や工作の他、ぬりえ、折り紙など、各自作りたいものを選んで作業します。

センターにある材料の他、持参いただいても結構です。

※10月より、地域交流イベントに展示する合同製作も行っています。

レジンアクセサリー作り…UVレジン液を使ってレジンアクセサリーを作ります。型に液を流して着色したり、ビーズやドライフラワーを入れたりした後、硬化して仕上げます。**【要予約】**
(12月はお休みです。)

お菓子作り…ボランティアさんに教えていただきながら、いろいろなお菓子を作ります。**【要予約】**

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。

ぴあの会…安心していろいろな悩みごとを話せるプログラムです。

就労グループミーティング…「おおたワーククラブ」**【登録制】**

隔月で対面形式（消費者生活センター集会室）、オンライン形式（Zoom）で、仕事での悩みや困りごと、休日の過ごし方やストレスの発散方法などを話したりします。くわしくは職員まで。

クッキングイベント…奇数月にミーティングをしてメニューや材料を考え、偶数月に調理と食事会をします。

買い物、お料理、片付けなど、出来ることを手分けしますので安心してご参加ください。

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。

※予約相談日とは…毎月第4水曜日、面接相談を開館日に利用することが難しい方のために相談枠を用意しております。

(要事前予約)

※メンズタイム ※レディースタイムとは…偶数月の第4水曜日、時間限定でフリースペースをご利用いただけます。

男性の方は13時~15時、女性の方は15時半~17時半、自由にご利用ください。(事前予約不要)



【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）です。

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。

