

地域活動支援センター

まちプラ

たより

2015年 第5号

地域活動支援センター まちプラ

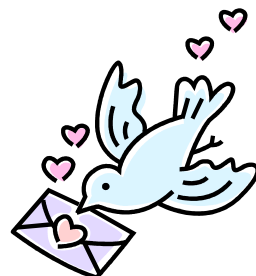
住所：〒194-0013 町田市原町田 4-24-6

せりがや会館 4階

電話：042-722-0713

FAX：042-709-3652

URL：<http://www.machipla.com/>



福祉フェアが開催されました

障がい者の自立と社会参加・市民の障がい者理解の促進を目的に開催された、障がい者福祉フェアにまちプラの案内を掲示しました。



町田市役所で10月5日から10月9日まで開催しました。



「まちプラ」を市民の皆様
に広く知っていただく為、
掲示物を作りました。

善意銀行からのご招待イベント

私は先日、善意銀行の招待イベントに参加した利用者の一人です。「報知名流小唄会」のイベントであった、国立劇場まで行きましたが、日本の伝統の一つである小唄が観られて、小唄といってもいろんな流派があり小唄に魅了されました。

私は子供の頃から、日本の伝統芸が好きで舞台上の人のこの大会に賭ける執念を感じる事ができました。良いものを観る事ができ、日本は本当に良い国だと痛感して、会場を後にしました。(利用者さんからの寄稿です)



ご興味のある方は、フリースペースに掲示している『善意銀行からのご案内』をご覧ください。チケット申し込みは職員までお申し出ください。応募者多数の場合は抽選になります。どうぞ、お気軽に職員へお声をかけてくださいね。

《これまでのご招待イベント》
野球観戦、プロレス観戦、クラシックコンサート、演歌など著名歌手コンサート、歌舞伎、芝居観劇、美術館・博物館入場券など。

茶話会@トマトハウス(10月8日)

当日はお天気の良い暖かな秋晴れ。男性4名、女性5名、職員2名の総勢11名でコミット会館のカフェ「トマトハウス」に向かいました。ケーキセットを注文した人からは「このお値段で、おいしいケーキと質の良いコーヒーが飲めるなんて感激です!」とのご感想が。普段お話しする機会の少ない利用者さんもおいしいケーキを口に、会話も弾みます。「今度はどこに行こうか?」次回の茶話会を期待する声も聞こえました。



《まちプラ職員、中垣さんからご挨拶》

12月31日付で、退職することになりました。皆様には、これまで大変お世話になりました。

気が付けば、『支援センター』で仕事をするようになってから10年が過ぎ、私自身ビックリしています。10年の間、『仕事に行きたくない』と思った日は今の私の記憶には残っていません。これも皆様のかけてくださる温かい言葉があったからだと思いました。

寒くなってきました。風邪などひかない様にお過ごしください。

1月以降は引き継ぎのためセンターに伺うことがあるかもしれません。 中垣美千代





12月、1月のプログラム紹介



★12月茶話会★

12月25日(金) 14:00~16:00

予約は必要ありません。

飲み物、食べ物は各自ご持参ください。

★2015年最終日の大掃除&茶話会★

12月29日(火) 13:30~14:30

お掃除の後には簡単な茶菓の用意をします。

★2016年初開所日★

1月4日(月) 10:00~15:00

※この日は職員もフリースペースに入ります。

12/29(火)、1/4(月)はフリースペースのみの開所です。電話相談、電話での事務連絡、面談はお受けできません。よろしくお願いたします。

★天満宮初詣&茶話会★

1月15日(金) 13:30 天満宮へ初詣に出発

14:30~16:00 まちプラ茶話会

予約締切は14日16:30。会費(和菓子代) ¥100

(15日13時までキャンセル可能)

★パソコン教室★

まちプラのパソコン教室は、ここ数か月、教室予約が取りづらい状態が続いていました。このため、9月から金曜日の復習会を設けていましたが、11月より第2、4火曜日のコマ数を通常の2コマから3コマに増やすことになりました。3コマの教室がある週は、①11時~②3時~の教室に③14時15分~15時15分の教室を増設しました。

☆パソコン教室 (予約必要)

毎週火曜日 11:00~12:00

13:00~14:00

第2、第4火曜日のみ 14:15~15:15

☆パソコン教室復習会

第1、第3金曜日 13:00~14:00

その週のパソコン教室を予約できなかった方が対象です。

★レディースデイを月2回へ★

8月から月1日開催しているレディースデイですが、女性参加者のニーズが高いことを受け、12月より月2回お試して増やすことになりました。

11月のレディースデイでは、ヨガを行いました。今回は、顔ヨガやリンパマッサージを主に、デトックス効果の高い動きを取り入れてみました。雨だれの音楽をかけながらホットカーペットの上に座り、全身を心地よく緩めていきます。難しい動きはないので、普段運動する習慣のない方も安心してご参加いただけます。当日は、水分をたくさん摂れるよう、お水をご持参ください。

女性の皆様のご参加をお待ちしております。

☆12月2日(水) 10:00~16:30

14:00~15:00 リラックスヨガ

☆12月18日(金) 10:00~16:30

13:00~14:00 リラックスヨガ

14:00~クリスマスケーキの買い物

15:00~16:00 『クリスマスケーキを食べながら茶話会』

いっしょにクリスマスケーキを買いに行きます。

ケーキの費用は各自お支払いください。

※予約の必要はありません。

☆1月13日(水) 10:00~16:30

14:00~15:00 リラックスヨガ

15:00~16:00 新年茶話会

お菓子代 ¥100。※予約の必要はありません。

☆1月29日(金) 10:00~16:30

14:00~15:00 リラックスヨガ



《まちプラ看板のご報告》

富士福祉会にいただいたご寄付を、各事業の活動に生かすという企画があり、まちプラは、フリースペースに取り付ける木製看板の企画を出しました。

企画のプレゼンテーションを経て、まちプラを含めた複数の事業所企画が採用されました。まちプラには、予算 10,000 円のうち、半額の 5,000 円を補助していただけることになりました。今後、授与式が行われる予定です。



《せりがや会館防災訓練のご報告》

11月4日午前10時30分「せりがや会館2階の調理室から出火」の館内放送が流れ、訓練が始まりました。まちプラからは利用者2名と職員3名が参加しました。水消火器での実践訓練。そして、AEDを実際に使ってみました。参加者Oさんは積極的に機器を使いこなし、「現実起きてから『使い方がわからない』では済まされない人命にかかわる重大なことです。このような訓練は大切だと思いました。」と感想を述べて下さいました。



傾聴ボランティアさんが

フリースペースに来て下さいます

まちプラに傾聴ボランティアさんが来てくださることになりました！みなさんのお話を聴いて下さる市民ボランティアさんです。日々何気なく心に思うことから、最近の話題など、皆さんのお話にひたすら耳を傾けてくださいます。私たちは、だれかに自分の話を受け止めてもらったとき、とてもうれしい気持ちになります。みなさんも傾聴ボランティアさんにお話を聴いていただいてみてはいかがでしょうか？

※傾聴ボランティアさんは、ちらしビーズと茶話会の時間帯、レディースデイの日に来てくださいます。



《編集後記》

4月にスタートしたばかりの「まちプラ」ですが、おかげさまで初めての年を越すことが出来そうです。あたらしいセンターを立ち上げるにはたくさんの準備時間と多くの労力、そして、皆様の忍耐とご理解が必要でした。2016年は、皆様のもっと身近でお役にたてるセンターを目指して、飛躍の年にしていきたいと職員一同心を新たにしております。今後とも皆様のご協力どうぞよろしくお願いいたします。(Y)



発行：社会福祉法人富士福祉会

地域活動支援センター まちプラ

住所：町田市原町田 4-24-6 せりがや会館 4階



12月の予定



日	月	火	水	木	金	土
		1 FS 10:00~16:30 パソコン教室 11:00~12:00 13:00~14:00	2 レディースデイ 10:00~16:30 リラックスヨガ 14:00~15:00	3 FS 13:00~16:30	4 FS 10:00~16:30 13:00~14:00 パソコン復習 ちらしピーズ 15:00~16:00	5 FS 10:00~15:00 見学・説明会 10:00~11:00 
	6 閉所日	7 閉所日	8 FS 10:00~16:30 パソコン教室 11:00~12:00 13:00~14:00 14:15~15:15	9 FS 10:00~16:30	10 FS 13:00~16:30 ちらしピーズ 15:00~16:00	11 FS 10:00~16:30
13 閉所日	14 閉所日	15 FS 10:00~16:30 パソコン教室 11:00~12:00 13:00~14:00	16 FS 10:00~16:30 ちらしピーズ 15:00~16:00	17 FS 13:00~16:30	18 レディースデイ 10:00~16:30 リラックスヨガ 13:00~14:00 クリスマスケーキ 買い物出発14:00 茶話会15:00~	19 FS 10:00~15:00 見学・説明会 10:00~11:00 
20 閉所日	21 閉所日	22 FS 10:00~16:30 パソコン教室 11:00~12:00 13:00~14:00 14:15~15:15	23 天皇誕生日 閉所日	24 まちプラトーク 14:00~15:00 FS 13:00~16:30	25 FS 10:00~16:30 茶話会 14:00~16:00 予約必要なし 飲み物食べ物は各自持参ください	26 FS 10:00~15:00 ちらしピーズ 14:00~15:00
27 閉所日	28 閉所日	29 FS 10:00~15:00 本年最終日！ 大掃除 13:30~14:30 17:00 閉所です	30 閉所日	31 閉所日	<<12月のプログラム紹介>> ①パソコン教室⇒第1・第3・第5火曜日午前・午後の2部制。第2・第4・3部制。事前の予約が必要です。 ②パソコン復習⇒希望日にパソコン予約ができなかった方対象、事前の予約が必要です。 ③レディースデイ⇒2日(水)、18日(金)。 ④まちプラトーク⇒24日(木)14時~15時。 ⑤ちらしピーズ、ボランティアの方と一緒に作ります。 ⑥茶話会⇒25日(金)14時~16時	

リースペースのみの開所です。
電話相談、電話での事務連絡、
面談はお受けできません。

☆「FS」とは、リースペースの略称です。

☆面談等により、和室をメインのリースペースとしてご利用いただけない場合があります。
くわしくは、カウンターの案内をご確認くださいませよう、お願いいたします。



2016年 1月の予定



日	月	火	水	木	金	土	
1月4日新年初開日 FS 10:00~15:00 フリースペースのみの開所です。電話相談、電話での事務連絡、面談はお受けできません。		≪1月のプログラム紹介≫ ①パソコン教室⇒第1・第3・第5火曜日午前・午後の2部制。第2・第4、3部制。事前の予約が必要です。 ②パソコン復習⇒希望日にパソコンの予約ができなかった方対象、事前の予約が必要。 ③レディースデイ⇒13日(水)、29日(金)女性限定。 ④まちプラトーク⇒28日(木)14時~15時。 ⑥ちらしビーズ、ボランティアの方と一緒に作ります。 ⑥新年茶話会⇒15日(金)14時~16時				1	2
						元閉所日	閉所日
3	4	5	6	7	8	9	
閉所日	新年初開所日	FS 10:00~16:30 パソコン教室 11:00~12:00 13:00~14:00	FS 10:00~16:30 ちらしビーズ 15:00~16:00	FS 13:00~16:30	FS 10:00~16:30 13:00~14:00 パソコン復習	FS 10:00~15:00	
10	11	12	13	14	15	16	
閉所日	成人の日の閉所日	FS 10:00~16:30 パソコン教室 11:00~12:00 13:00~14:00 14:15~15:15	レディースデイ 10:00~16:30 リラックスヨガ 14:00~15:00 新年茶話会 15:00~16:00 お菓子代¥100	FS 13:00~16:30 ちらしビーズ 15:00~16:00	FS 10:00~16:30 天満宮へ初詣 13:30出発 和菓子で茶話会 14:30~16:00 会費¥100	FS 10:00~15:00 見学・説明会 10:00~11:00 	
17	18	19	20	21	22	23	
閉所日	閉所日	FS 10:00~16:30 パソコン教室 11:00~12:00 13:00~14:00 ちらしビーズ 15:00~16:00	FS 10:00~16:30	FS 13:00~16:30	FS 10:00~16:30 13:00~14:00 パソコン復習	FS 10:00~15:00	
24/31	25	26	27	28	29	30	
閉所日	閉所日	FS 10:00~16:30 パソコン教室 11:00~12:00 13:00~14:00 14:15~15:15	FS 10:00~16:30	FS 13:00~16:30 まちプラトーク 14:00~15:00	レディースデイ 10:00~16:30 リラックスヨガ 14:00~15:00	FS 10:00~15:00 ちらしビーズ 14:00~15:00	

★「FS」とは、フリースペースの略称です。

★面談等により、和室をメインのフリースペースとしてご利用いただけない場合があります。くわしくは、カウンターの案内をご確認くださいませよう、お願いいたします。