

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

F A X：042-709-3652

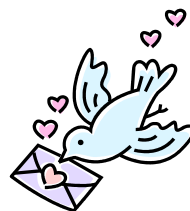
URL：<http://www.machipla.com/>

地域活動支援センター

まちプラ

たより

2016年 第10号



ウォーターサーバーが入りました！！

9/12 からフリースペース（FS）にウォーターサーバーが登場しました！

ワンタッチレバーひとつで、5度～12度の冷たい水が出てきます。今はまだ暑い日もありますが、冬場になれば、赤いレバーから80度～90度のアツアツのお湯がカップに注がれます。不純物が取り除かれたうえにミネラル配合！と、体にも good !!

みなさま、フリースペースへ寄って、のどをうるおしてみませんか。



ほっ！



冷たくて、
美味しい！



●プログラム報告●

8月よりお薬相談会が始まりました！

8/19(金)、9/8(木)、お薬相談会が開催されました。薬の飲み方や効用はもちろんのこと、かかりつけ薬剤師のこと、お薬のお届けサービス、お薬電子手帳など、院外の薬局だからこそその話題や情報ももりだくさん。日本調剤株式会社の新町田薬局の薬剤師のみなさんが、月ごとに交代でフリースペースに来て下さり、「ちゃぶ台に座布団」というアットホームな雰囲気の中で、くつろいで話を聞いたり、質問することができます。毎月定例で開催します！



ランチの会～好評開催中！

8/5(金)と9/8(木)にランチの会を開催しました。注文配達弁当、コンビニ商品、手作り弁当など、気負わずに何でもありの自分の昼食を持ち込んで、普段より少しおしゃれをしたテーブルで、語らいながらのランチタイムを楽しみました。毎月1回開催しています。



ミニミニ・ドリンクバーコーナー(無料)

New☆
コーヒー
紅茶
フレーバーティー
ほうじ茶・緑茶



実習生がきました！

9/7(水)～26日(月)の期間で、まちプラは精神保健福祉を学ぶ実習生をお迎えしました。実習は、朝のフリースペースの準備から始まり、夕方には皆さまを送り出して一日の締めくくりとなります。各プログラムにも参加しました。職員とともにみなさんの来所をお待ちする毎日でした。ご利用のみなさまには、ご協力いただきまして誠にありがとうございました。



○10月・11月の主なプログラム紹介○

ランチの会

10/7(金)・11/4(金)12:00～13:00 交流室

8月・9月に引き続き、開催します。

お弁当は何でも構いません！各自が用意したお弁当を食べながら、楽しくお話しませんか？食後に無料のコーヒーやスープのご用意もあります。職員も参加させていただきます。



せりがや会館避難訓練

10/26(水)10:30～12:00 小雨決行

せりがや会館全体で、避難訓練を行います。避難場所の確認の他、水消火器を使った消火訓練、AED(自動体外式除細動器)の使い方を学びます。

備えあれば憂いなしです。皆さんご参加ください。



レディースステイでアクセサリ作り

10/13(木)13:00～14:00

11/25(金)14:30～15:30



ちらしビーズやキラキラビーズを使いオリジナルアクセサリを作りましょう。作成した作品は、無料でお持ち帰りいただけます。

町田市障がい者就労・生活支援センター レッツ 事業説明会

11月11日(金)14:00～15:00

※個別相談 15:00～15:30

今年もレッツの職員による事業説明会を行います。全体の説明を終えた後、希望者には個別相談の時間を設けます。



もみじ狩りとしおり作り

*11/22(火)「薬師池公園もみじ狩り」

11/21(月)参加申し込み締切

- ・12:00 まちプラ集合 → バスで移動
- ・公園でトマトハウスのお弁当(この日だけ自己負担 200 円)で昼食
- ・昼食後園内を散策し落ち葉を拾う
- ・町田バスセンターから薬師池公園までのバス代は半額補助
- ・15:00 頃現地解散(予定)

*11/24(木)落ち葉でしおり作り

※11/22(火)雨天中止、まちプラ内で昼食歓談。

茶話会 喫茶店巡り



10/27(金)の午後は、喫茶店に出かけます。参加申し込みは、10/26(木)16:30 までです。詳細はまちプラトークで決め、掲示をします。

お薬相談会

10/21(金)15:00 から、薬剤師さんを囲って行います。11月の開催日は掲示します。



将棋のタイム



10/3(月)、10/17(月)、11/1(火)、11/15(火)の13:30 より。他の日時も調整中です。

この他のプログラムは、まちプラカレンダーでご確認下さい。

*****将棋タイム もろもろ話*****



将棋ボランティアさん 2 名の協力を得て、8 月より毎月 2～3 回の将棋タイムを行っています。フリースペースには将棋を含め色々なゲームがあります。

角行

桂馬

フリースペースにある将棋の本をテキストとして、ご利用者の方から将棋を勉強中のボランティアさんや職員に手ほどきをしてもらう場面もあります。

と

香車

有段者のボランティアさんは一度に二人の方と対局する二面打ち！終局後は盤上で棋譜の振り返りをして、またまた盛り上がっております。一手一手の真剣勝負からは、時にピンと張りつめた空気が漂い、時に和やかな空気が漂います。

歩兵

銀将

リュックを担いで、はたまたうちわを片手に汗をかきかき、フリースペースを訪ねて下さるボランティアさん、ありがとうございます。

香車

飛車

金将

★★「お世話になります！」ボランティアさん～紹介\(^o^)/VO2★★

大勢のボランティアさんが、まちプラの活動を支えて下さっています。今回は、「ウクレレ教室」の講師、柴田さんを紹介します。



音楽って人と呼吸を合わせる作業～まわりの音を聴いて人とコミュニケーションできます！

「ウクレレ」はとても「とっつきやすい」楽器です

「リズム」「メロディー」「ハーモニー」…音楽を構成する要素がウクレレ 1 本あればそろいます。

安心してウクレレを鳴らして、一緒に音楽をやりましょう。

《編集後記》

この夏は、毎週のように台風が来て雨がたくさん降ったので、靴の中が大変なことになってしまいました。みなさまは大丈夫でしたか？「いざという時の備えは、身近なところから」といいますが、まずは自分の足元からですね…。さて、秋は食欲の秋！？美味しく食べて、腹ごなしにまちプラへぶらっと立ち寄り、フリースペースで交流を楽しんでみませんか！！（N）

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





10月の予定



日	月	火	水	木	金	土
						1 閉所日
2	3	4	5	6	7	8
閉所日	FS 10:00~16:30 13:30将棋タイム	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	12時開所 FS 12:00~16:30	FS 10:00~16:30 見学・説明会 10:00-11:00 ランチの会 12:00-13:00 😊	閉所日
	9	10	11	12	13	
閉所日	祝日 閉所日 😊 😊 体育の日	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 13:30より鶴が丘 ガーデンホスピタ ルのデイケアの皆 様が見学します。	12時開所 レディースデイ 12:00~16:30 ちらしピーズ 13:00-14:00	FS 10:00~16:30 😊	閉所日
	16	17	18	19	20	
閉所日	FS 10:00~16:30 13:30将棋タイム	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	12時開所 FS12:00~16:30 まちプラトーク 14:00~15:00 ウクレレ 15:00~16:00	FS 10:00~16:30 見学・説明会 10:00-11:00 お薬相談会 15:00-16:00 😊	閉所日
	23	24	25	26	27	
閉所日	レディースデイ 10:00~16:30 茶話会 14:00~15:00	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 せりがや会館 合同避難訓練 10:30-12:00	12時開所 FS 12:00~16:30 茶話会 14:00-15:00 喫茶店に行こう!	FS 10:00~16:30 😊	閉所日
	30	31				
閉所日	FS 10:00~16:30		毎週金曜日の14時から15時は、FSに 職員が参加します。このマークの日で す→ 😊			

★「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。

11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 14:15~15:15 13:30将棋タイム	2 FS 10:00~16:30	3 祝日 閉所日 文化の日 TTS	4 FS 10:00~16:30 見学・説明会 10:00-11:00 ランチの会 12:00-13:00 😊	5 閉所日
6 閉所日	7 FS 10:00~16:30	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 レディースデイ 10:00~16:30 茶話会 14:00~15:00	10 12時開所 FS 12:00~16:30	11 FS 10:00~16:30 レッツ説明会 14:00-15:00 ※全体会の後は 個別相談会 (15:00-15:30) 😊	12 閉所日
13 閉所日	14 FS 10:00~16:30	15 FS 10:00~16:30 パソコン教室 11:00~12:00 13:00~14:00 14:15~15:15 13:30将棋タイム	16 FS 10:00~16:30	17 12時開所 FS12:00~16:30 まちプラトーク 14:00~15:00 ウクレレ 15:00~16:00 😊	18 FS 10:00~16:30 見学・説明会 10:00-11:00 😊	19 閉所日
20 閉所日	21 FS 10:00~16:30	22 FS 10:00~16:30 パソコン教室 11:00~12:00 <秋の外出> もみじ狩りに 行こう	23 祝日 閉所日 重労働感謝の日	24 12時開所 FS 12:00~16:30 落ち葉でしおり作り 14:00-15:00	25 レディースデイ 10:00~16:30 リラックスヨガ 13:00-14:00 ちらしピーズ 14:30-15:30 😊	26 閉所日
27 閉所日	28 FS 10:00~16:30	29 FS 10:00~16:30 パソコン教室 11:00~12:00 13:00~14:00 14:15~15:15	30 FS 10:00~16:30	<div style="border: 2px solid red; padding: 5px; border-radius: 10px;"> <p>毎週金曜日の14時から15時は、FSに職員が参加します。このマークの日です → 😊</p> </div>		

★「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。