

# まちプラたより



第 39 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/>

町田市在住で精神科・神経科等に通院している方をサポートします



今回の表紙はまちプラメンバーの作品を集めてみました

## 活動の記録

緊急事態宣言が発令され、プログラムの中止が相次ぐ中、**七夕テーマトーク**は開催できました。

今回の七夕は短冊に書く代わりに願い事を皆で発表することに。参加者からは



- ・自分ではない人の為の願い事をして優しいと思った。
- ・今まで知らなかった一面が知れて楽しかったし、より仲良くなれた気がする。

などの感想があがりました。

今後もテーマトークは開催するので、皆さんこそって参加してくださいね♪  
ハジメマシテの方や、フリースペースで何を話そうかと悩む方にもうってつけ☆  
次のテーマは何がいいか、フリースペースや電話相談で決めていきましょう!!

### ※まち散歩とは…

外出からの帰り、まちプラに行く程じゃないけど、一休み出来る場所  
フリースペースは閉まったけど、まだ家に帰る気分じゃない  
まちプラはお休みだ、どこか時間をつぶせそうなところあるかなあ  
などなど、まちプラ以外で過ごせる場所を皆で巡ってみるプログラム。

(Wikipedia 調べ)⇒書いてみたかっただけです( '◇' )♪

緊急事態宣言の発令により、7月末のまち散歩はあえなく中止になりましたが、皆から出た候補を掲載します。

- ・版画美術館・図書館・市役所・町田ターミナルプラザ市民広場(ミーナ横)
- ・東急ツインズ5F 連絡通路クリスタルブリッジ・ベローチェ(安くて居やすい)

などが、あがっていました。

どこも屋根があって**雨男女**でものんびりできるはず♪

他にもこんなところがお勧めだよというところがあれば随時教えてくださいな。



**暑気払い**も出来ず。今回の暑気払いはスイカ割りではなく  
(まちプラなりの with コロナ)**暑中見舞いのカード**を作る  
予定でした。皆と一緒に作ることは出来ませんが、  
暑中見舞いキットをお配りします。  
フリースペースで作るもよし、持ち帰って作るもよし。  
出来上がりをまちプラに見せてくれるもよし。  
素敵な暑中見舞いカードが作れますように。

## お知らせ

まちプラの**フリースペース**は、その名の通りフリーに過ごせる場所です。

(もちろん皆が楽しく過ごせる最低限のルールはありますが)

- ・黙々と何かをして過ごしたい。
- ・来てみたものの、話す気分ではないけど、何もしていないのは気まずい。

なんて方には…120色の色鉛筆と大人の塗り絵がありますよ✎

ちなみに電子レンジでチンするレシピ本や鉄道雑誌などいろんな本もあります。

いつの時代のものか分からない本もありますが、それもまたご愛嬌。

故きを温ねて新しきを知るですよ!?

**夏季閉所日**は **8/7~8/9 8/12~8/17** です。

緊急事態宣言中はプログラムと面談が中止となります。

フリースペースと電話相談は変わりません。

梅雨が明けて夏真っ盛りになりますが、

熱中症に気を付けて楽しく夏を過ごしましょう!



ペンギン

今回のたよりはプログラムの報告が余りなく、文字ばかりに(\*\_\*;

皆さんからの作品(写真・イラスト・川柳・もちろんまちプラカルタも)を

随時募集中!! 今後はどんどん掲載していきますよ♪

皆にオススメしたいものを紹介するコーナーがあってもいいかもしれないな。

まちプラたよりにこんなコーナーがあったらいいなというアイデアがあれば、

是非ぜひ教えて下さい📣





## まちプラカルタ

### こ⇒個性際立つまちプラメンバー

(趣味も幅広く知識の宝庫。色々と教えてもらっています)

### せ⇒整理整頓、苦手な職買勢ぞろい

(自慢できることではないので改善しなくっちゃ(;´∀´))

整頓グッズに詳しい方はいませんか?)



## センター長から皆さんへ

神奈川県との境を流れる境川は江の島に注ぎます。

**「川沿いを歩き江の島でサザエのつぼ焼きを食べる。」**

子供の頃からの願いは 2018~19 年にかけて実現。

困ったのは一人で完遂できるのか・・・

「面白そう」と妻が道連れに。

1 年目は町田ヨドバシカメラ横からスタートし江ノ島線の桜ヶ丘駅付近で終了。  
2 年目の 1 日目は藤沢本町駅付近で終え、翌日遂に江の島ゴールとなりました。

川沿いをゆっくりと歩いて自然景観や街グルメを楽しめましたが、  
**共に歩んでくれる伴走者がいてくれたことが何よりも励み**でした。

そして、これまでの仕事人間、  
急いでばかりの生き方をふと考え直しました。  
思ったことは

**「悪くないぞ! スローライフ」**でした。

(バックに江の島が見えています⇒)



2021年



## 8月の予定



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
閉所日	FS 10:00~15:00 	FS 10:00~15:00	FS 10:00~15:00 	FS 12:00~15:00 12時開所	FS 😊 10:00~15:00	閉所日
	8	9	10	11	12	
閉所日	閉所日	FS 10:00~15:00	FS 10:00~15:00 	閉所日	閉所日	閉所日
		15	16			
閉所日	閉所日	閉所日	FS 10:00~15:00 	FS 12:00~15:00 12時開所	FS 😊 10:00~15:00 	閉所日
			22	23	24	
閉所日	FS 10:00~15:00 	FS 10:00~15:00	FS 10:00~15:00	FS 12:00~15:00 12時開所 	FS 😊 10:00~15:00 	閉所日
	29	30	31			
閉所日	FS 10:00~15:00 	FS 10:00~15:00 パソコン教室 11:00~12:00 13:00~14:00	← 防災ウィーク →			

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。

2021年

# 🌸 9月の予定 🌸

日	月	火	水	木	金	土
			1 FS 10:00~15:00	2 FS 12:00~15:00	3 FS 😊 10:00~15:00	4 閉所日
			← 防災ウィーク →			
5	6	7	8	9	10	11
閉所日	FS 10:00~15:00 	FS 10:00~15:00 パソコン教室 11:00~12:00 13:00~14:00	FS 10:00~15:00	FS 12:00~15:00 12時閉所 まちプラトーク 14:00~15:00	FS 😊 10:00~15:00 	閉所日
12	13	14	15	16	17	18
閉所日	FS 10:00~15:00 	FS 10:00~15:00 パソコン教室 11:00~12:00 13:00~14:00	FS 10:00~15:00 ウクレレ教室 15:00~16:00	FS 12:00~15:00 12時閉所 お薬相談会 15:00~16:00	FS 😊 10:00~15:00 ゲーム 15:00~16:00	閉所日
19	20	21	22	23	24	25
閉所日	閉所日	FS 10:00~15:00 パソコン教室 11:00~12:00 13:00~14:00	FS 10:00~15:00 	閉所日	FS 😊 10:00~15:00 	閉所日
26	27	28	29	30		
閉所日	FS 10:00~13:00 レディースタイム 13:00~15:00	FS 10:00~15:00 パソコン教室 11:00~12:00 13:00~14:00	FS 10:00~15:00 	FS 12:00~15:00 12時閉所		

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。