



地域活動支援センターまちプラ

まちプラたより 40号

電話：042-722-0713

URL：<http://www.machipla.com/>

住所：〒194-0013

町田市原町田 4-24-6

せりがや会館 4階

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♡

センター長の似顔絵をメンバーのT画伯に依頼しました。

凄!!!!大作を生で見たい方はフリースペースへ!!

コロナ禍の皆さんの暮らしの変化について、アンケートをとりました。

その中で

まちプラがあって良かったと感じたことを聞いたところ…



- ・短い時間でもフリースペースを開けていてくれると助かる。
- ・電話相談があってとても良かった。・電話相談が心のよりどころ。
- ・話し相手になってくれると助かる。
- ・1人だと笑うこともないが、スタッフと話すと笑うことが出来る。
- ・皆と話しが出来て、1人だけの寂しさから少し解放される。
- ・FSに人が来ていることで、皆がいるよと勇気づけられた。

などの意見をもらいました。ご協力ありがとうございました!!

今後も折を見てアンケートをとるので、
その時にはよろしくお願いします。

レディースタイム 10/25 (月) 13:00~15:00 フリースペースにて

今回はレジン de ストラップ作りです。

興味のある方、レジンて何?と思われた方、

ぜひぜひ、参加してみてください(=°ω°)/



ストラップなので鈴と一緒に鍵に付けると、

落とした時に分かりやすいですよ。

配色や柄を考えるのにワクワクして年齢関係なく楽しめます♡

参加費は 50円 とお安くなっています(#^^#)

社会資源 10/19(火) 15:00~16:00 フリースペースにて

～移動支援事業（ガイドヘルプ）を知っていますか？～

公・民間問わず、様々な社会資源を紹介する新たなプログラムがスタートです。今回はその第1弾として、毎週火曜日に勤務している小野さんが案内をします。それでは、小野さんドウゾ!!

こんにちは。4月から「まちプラ」に勤務している小野です。私は現在、「ライフサポートまちなび」（移動支援・居宅介護）業務も兼務しています。まちプラの皆様、公的社会資源の一つとして、『移動支援事業』を中心に（ご家庭内でのヘルパー派遣サービスのご説明も併せて）ご紹介する場を企画しました。

【移動支援事業とは】



社会参加を促進するため、一人で外出が困難な障がい者にヘルパーを派遣し、移動の支援を行うサービス。

詳しくは当日説明させていただきます。

質問もお受けしますので、気軽にご参加下さい



秋の味覚～新店巡り～11/26(金)14:00~15:00 フリースペース集合



新店

求む

コロナ禍でも街には新しいお店が続々オープンしています。

秋の味覚を探しがてら、新店巡りに行きましょう!!

どこを巡りたいかアイデア募集中。

読書の秋、スポーツの秋、そして、食欲の秋…。

秋はおいしいものがたくさん。ブドウに柿に栗に焼き芋…キ/コだって。

でも、食べ過ぎてコレステロールや血糖値が気になるお年頃！？

というわけで？

まちプラ秋の健康診断月間！！

10月末から11月に掛けて、年に1度の健康診断受診を
電話相談やフリースペース来所時にお声掛けします。

皆で健康でいようではありませんか。

詳しくは町田市のホームページを参照してください。

<https://www.city.machida.tokyo.jp/iryo/iryo/seijinkenkoshsinsa/seijinkenshin.html>



どうしようかなと迷ったらまずはまちプラにご相談を🎵

センター長より皆さんへ

「逃げる！」その1 松坂 剛志

盆明けから右の奥歯に熱い汁物が染みるように。直に「割れたな。」と

直感。過去、左右上下の奥歯を5本割っては治療ないしは抜歯を繰り返

してきました。診察結果は、やはり、「ぱっくり、割れてます。」

口を閉じることが無いよう、がんじがらめ。

フォアグラのためだけに生きるガチョウのよう。

…そんな治療です。一回あたりの時間は約1時間。

実はこの治療は2本目だったので、余裕しゃくしゃくだったのです…

〈次回に続く〉

※編集注 あまりにも痛そうだったので黒塗りで自粛しちゃいました。

詳しく知りたい方はセンター長に聞いてみて下さい🦷

2021年



10月の予定



日	月	火	水	木	金	土
					1	2
閉所日					FS 😊 10:00~15:00 	閉所日
3	4	5	6	7	8	9
閉所日	FS 10:00~15:00 お薬相談会 15:00~16:00	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	FS 😊 10:00~15:00 	閉所日
10	11	12	13	14	15	16
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
17	18	19	20	21	22	23
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 社会資源 15:00~16:00	FS 10:00~15:00 ウクレレ教室 15:00~16:00	FS 12:00~15:00 12時閉所 	FS 😊 10:00~15:00 	閉所日
24	25	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	FS 😊 10:00~15:00 ゲーム 15:00~16:00 	閉所日
31	<div style="border: 2px solid red; border-radius: 15px; padding: 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。

2021年

🍎 11月の予定 🍎

日	月	火	水	木	金	土
閉所日	1 FS 10:00~15:00 	2 FS 10:00~15:00 パソコン教室 11:00~12:00 13:00~14:00	3 閉所日	4 FS 12:00~15:00 12時閉所	5 FS 😊 10:00~15:00 お薬相談会 15:00~16:00	6 閉所日
	7	8	9	10	11	12
	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 ゲーム 15:00~16:00
14	15	16	17	18	19	20
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 ウクレレ教室 15:00~16:00	FS 12:00~15:00 12時閉所	FS 😊 10:00~15:00 	閉所日
21	22	23	24	25	26	27
閉所日	FS 10:00~15:00 	閉所日	FS 10:00~15:00 	FS 12:00~15:00 12時閉所	FS 😊 10:00~15:00 秋の味覚探素 14:00~15:00	閉所日
28	29	30				
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				

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。