

地域活動支援センター

まちプラ

たより

2019年第29号

地域活動支援センター まちプラ

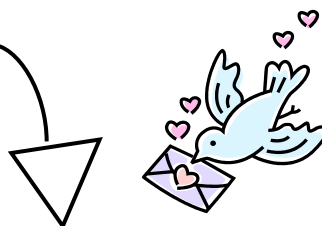
住所：〒194-0013 町田市原町田 4-24-6

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・神経科等に通院している方をサポートします



写真はレディースデイで作成したハーバリウムです。

## プログラム報告

### レディースデイ ハーバリウム作成 9/5（木）と9/19（木）

9月のレディースデイではハーバリウムを作成するために皆で①買い物に行く、②作成する、という2本立てにしました。レディースデイで買い物は初の試みです。瓶はどれにしよう、中に何を入れようなど買う時にも作る時にも悩みながらも楽しく行いました。職員は創作が苦手な為、メンバーに講師になってもらい作りました。男性でも作ってみたいという方もいたので、次の機会には一緒に制作しましょう。

### 施設見学 10/11（金）

今年、3回目の施設見学はスワンベーカリーでした。店内からはパンの焼ける甘い匂いが漂っていて食欲がそそられました。店長さんから施設について親切、丁寧に教えていただき、バックヤードまで見せてもらいました。メンバーからも積極的に質問が出て有意義な時間が持てました。もちろん見学が終わった後は美味しいパンを購入して帰りましたよ。



### せりがや会館防災訓練 11/7（木）

せりがや会館の施設及び団体が参加し、地震による火災発生を想定した自衛消防訓練を行いました。せりがや会館の非常階段を使い下まで降り、芹ヶ谷公園入り口まで避難をしました。その後、消防士さんに説明を受け実際に消火器を使った訓練をしました。皆さんは消火器を使ったことはありますか？

訓練は繰り返し行うことが大事とのことなので、ぜひ次回からは皆さんも参加してみてください♪



### 2019年度鶴川地区交流音楽祭 11/13（水）

ウクレレ教室参加メンバーと有志によるコーラス隊で音楽祭に参加しました。練習を重ねた甲斐もあり、大きな拍手を頂けました。ヤングマンを演奏時には盛り上がりも最高潮でした♪ウクレレの先生やコーラス参加の木の会<sup>もく</sup>の方々、応援に来てくれたメンバーもありがとうございました。

## 鶴川地区交流音楽祭の写真



松ぼっくり DE クリスマスツリー 12/9 (月) 14:00~15:00  
メンバーの発案です。拾った松ぼっくりに飾りつけをして楽しみましょう。  
男性の参加もお待ちしています。

クリスマス会 12/19 (木) 13:00~準備、14:00~開始  
12/9 (月) 16:30 申し込み締め切り。会費は 500 円です。  
今年もクリスマスパーティーがあります♪オードブルやケーキを食  
べてクリスマスソングを歌いましょう♪事前準備があります。



納会 12/27 (金) 14:00~15:00  
2019 年最後のまちプラです。今年を振り返り、楽しくお喋りをしませんか。

大掃除 12/24 (火) ~12/26 (木) 随時  
みんなで分担をしてお掃除をします。新年を気持ちよく迎えらるよう綺麗にして  
いきましょう♪



## 年末年始のお知らせ

冬の閉所 12/28 (土) ~1/5 (日)

1月の開所ははじめ 1/6 (月)



初詣 1/6 (月) 13:30~15:00

13:30 にフリースペースに集合し、徒歩にて町田天満宮に行きマウス。

お参りの後は喫茶店で休憩した後に、現地解散でチュー。

語尾がへんてこですが、もうお分りでしょうか？2020年は子年(ねずみどし)。いい1年になりますようお参りしましょう♡

レディースデイ茶話会 1/16 (木) 14:00~15:00

1/14 (火) 17:00 申し込み締め切り。会費は100円です。

新年最初のレディースデイに茶話会の時間を設けました。

飲み物とお菓子をご用意します。お楽しみに♪

(14:00~15:00 以外は通常のレディースデイです。)



### 編集後記

秋 といえば・・・何を思い出しますか？

栗・松茸・食欲・スポーツ・秋晴れ・読書・・・

いつの間にかコートの襟をたてて風を防いで歩く自分がいました。秋を満喫する間もなく、そこまで冬将軍が近づいている

のですね。皆様インフルエンザ対策をしていますか？

予防接種に手洗い・うがい・マスク・・・やることたくさん！？(あ)



2019年



# 12月の予定



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
閉所日	FS 10:00~16:30	FS 10:00~16:30 パソコン教室 11:00~12:00 13:00~14:00	FS 10:00~16:30	FS 12:00~16:30 12時開所 ランチの会 12:00~13:00	FS 10:00~16:30 見学説明会 10:00~11:00 将棋・ゲーム 14:00~15:30	閉所日
8	9	10	11	12	13	14
閉所日	FS 10:00~16:30 松ぼっくりDE クリスマスツリー 14:00~15:00	FS 10:00~16:30 パソコン教室 11:00~12:00 13:00~14:00	FS 10:00~16:30	FS 12:00~16:30 12時開所 まちプラトーク 14:00~15:00	レディースデイ 10:00~16:30 見学説明会 10:00~11:00	閉所日
15	16	17	18	19	20	21
閉所日	FS 10:00~16:30 お薬相談会 15:00~16:00 	FS 10:00~16:30 パソコン教室 11:00~12:00 13:00~14:00	FS 10:00~16:30 ウクレレ 15:00~16:00 	FS 12:00~16:30 12時開所 クリスマス会 (準備) 13:00~14:00 (クリスマス会) 14:00~15:30	FS 10:00~16:30 見学説明会 10:00~11:00 	閉所日
22	23	24	25	26	27	28
閉所日	FS 10:00~16:30 	FS 10:00~16:30 パソコン教室 11:00~12:00 13:00~14:00	FS 10:00~16:30 将棋・ゲーム 14:00~15:30	FS 12:00~16:30 12時開所	FS 10:00~16:30 見学説明会 10:00~11:00 納会 14:00~15:00	冬期休暇
		12/24 ~ 12/26 大掃除 				
29	30	31				
~冬期休暇~						
<div style="border: 2px solid red; border-radius: 15px; padding: 10px; display: inline-block;">                     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→  </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。

くわしくはフリースペースのホワイトボードをご確認くださいませよう、お願いいたします。

2020年



## 1月の予定



日	月	火	水	木	金	土	
			1	2	3	4	
			～ 冬期休暇 ～				
5	6	7	8	9	10	11	
冬期 休暇	FS 10:00～16:30 初詣 13:30～15:00	FS 10:00～16:30 パソコン教室 11:00～12:00 13:00～14:00	FS 10:00～16:30 	FS 12:00～16:30 12時開所 まちプラトーク 14:00～15:00	FS 😊 10:00～16:30 見学説明会 10:00～11:00 将棋・ゲーム 14:00～15:30	閉所日	
12	13	14	15	16	17	18	
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	FS 10:00～16:30 ウクレレ 15:00～16:00 	レディースデイ 12:00～16:30 12時開所 茶話会 14:00～15:00	FS 😊 10:00～16:30 見学説明会 10:00～11:00	閉所日	
19	20	21	22	23	24	25	
閉所日	FS 10:00～16:30 将棋・ゲーム 14:00～15:30	FS 10:00～16:30 パソコン教室 11:00～12:00 13:00～14:00	レディースデイ 10:00～16:30 	FS 12:00～16:30 12時開所 	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	
26	27	28	29	30	31		
閉所日	FS 10:00～16:30 	FS 10:00～16:30 パソコン教室 11:00～12:00 13:00～14:00	FS 10:00～16:30 お薬相談会 15:00～16:00	FS 12:00～16:30 12時開所 将棋・ゲーム 14:00～15:30	FS 😊 10:00～16:30 見学説明会 10:00～11:00		
<div style="border: 2px solid red; padding: 5px; border-radius: 15px;"> <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。

くわしくはフリースペースのホワイトボードをご確認くださいませよう、お願いいたします。