

10月ふれあいカレンダー



日	月	火	水	木	金	土
	1	2 PC教室 10:30~11:30 	3 休	4 卓球☆DAY 	5	6 セルフヘルプグループ 育成講座 10:00~12:00 かんたん体操 14:30~15:00
7 休	8 休 [体育の日]	9 持ち込み MUSIC 14:00~15:00 	10 休	11 卓球☆DAY 	12	13 そうだ！ サイクリングに行こう！ @昭和記念公園 ※雨天時 南極・北極科学館予定 10:00~16:00
14 休	15	16 ハンドクラフト 会 14:00~15:00 	17 休	18 おかし作り ~ティラミス風 デザート~ 13:30~15:30	19	20 セルフヘルプグループ 育成講座 10:00~12:00 ふれあい英会話 14:00~15:00
21 休	22 よりみち会 (夕食会) 18:00~ 	23 健康プログラム 「やさしい筋トレ」 11:00~12:00	24 休	25 卓球☆DAY 	26	27 クッキング 10:00~13:00 麻雀☆TIME 15:00~17:00
28 休	29	30	31 休			

日	月	火	水	木	金	土
				1 卓球☆DAY 	2	3 休 [文化の日]
4 休	5	6 PC教室 10:30~11:30 	7 休	8 卓球☆DAY 	9	10 今年もみんなで 産業まつりに行きましょ う @東村山市役所周辺 10:00~13:00
11 休	12 よりみち会 (夕食会) 18:00~ 	13 持ち込み MUSIC 14:00~15:00 	14 休	15 おかし作り ※メニュー未定 13:30~15:30	16	17 セルフヘルプグループ 育成講座 10:00~12:00 ふれあい英会話 14:00~15:00
18 休	19	20 ハンドクラフト会 14:00~15:00 	21 休	22 卓球☆DAY 	23 休 [労働感謝の日]	24 クッキング 10:00~13:00 麻雀☆TIME 15:00~17:00
25 休	26 よりみち会 (夕食会) 18:00~	27 健康プログラム 「やさしい筋トレ」 11:00~12:00	28 休	29 卓球☆DAY 	30	

東村山精神保健福祉コミュニティ誌

ふれあい通信

No.117:2018年10月1日 発行
社会福祉法人 東村山けやき会

発行:社会福祉法人 東村山けやき会
地域生活支援センター“ふれあいの郷”
編集人:矢野水基・永井裕・矢嶋拓・榎本昌行
発行人:川俣 昌明・高橋 千恵子
〒189-0014 東京都東村山市本町 2-8-2
プライムビル 207
TEL 042-397-6400
FAX 042-313-3137
<http://hureainosato.web.fc2.com/>
E-mail: hureainosato@hmkk.or.jp

ふれあいの郷は、東村山市から障害者総合支援法に基づく障害者基本相談支援事業及び地域活動支援センターI型事業を受託、運営しています。

11月ふれあいカレンダー



表紙イラスト:福田幸子さん作

リレーインタビュー

きくた ひろゆき
菊田 裕幸 さん

Q.今回のリレーインタビューは今年の7月からふれあいの郷の非常勤として働いている、菊田さんにお話を伺いました！まずはふれあいの郷に来てみての印象はいかがでしょう…！？

A.とても開かれた場所だな、と感じます。精神のご病気や障がいをお持ちの方のフリースペースということから考えていたよりも、利用される皆さんが明るくて、一生懸命に人生を生きている方々と接することが出来て、イメージが変わりました。

Q.それはなによりでございます！福祉のお仕事は初めてでしょうか？

A.福祉の仕事に興味が出てきて、今年に入ってから福祉の分野で働き始めています。ここふれあいの郷の非常勤と、知的障がいをお持ちの方の支援と2つの場所で働いていますね。それまでは広告業界などに長く勤めていました。

Q.ふれあいの郷以外での福祉のお仕事もされているんですね～。そして広告業界にお勤めだったとは！？

A.コピーライターなどです。そうですね…詳細は伏せますが、ほとんどの皆さんが知っているであろう某テレビCMなどの制作に携わっていたりもしたんですヨ。

Q.す、すごいですね～そこから福祉の業界に…。

A.母の介護をきっかけに、また弟が特別支援学校の教員だったこともあり、福祉に興味を持ちました。今年還暦なのを契機に、生きがいになるような、人の役に立つ仕事がしたいと思ったんです。母の介護といい、弟の仕事といいそれまで気に掛けなかったことがタイミングを合わせるようにひとつひとつ繋がって行って…福祉の仕事をすることは、「来るべくしてきた」感じがしますね～。

Q.感慨深いものがありますね…！ところで、菊田さんは休みの日などの過ごし方や、趣味などはお持ちでしょうか？

A.…私実はオタクなんですよ…!!アニメ・マンガ・ゲーム全般イケますよ～。オタクの祭典コミケ（コミックマーケット）には10年以上、夏・冬ともに通っています、もし会場で出会ったら（まずないでしょうが(^_^;)）声を掛けて下さいね！

Q.ベテランオタクさんなんですね（笑）!!最後に、今後の抱負や目標などがあれば教えてください！

A.今までの自分の経験を生かして、より深く人と関わっていきたいと思っています、そのために資格や専門知識を身につけていきたいと思っています。



投稿のコーナー



<田村利明さん>



「戦いよりも…」

田村幸男

○トレモカモミロ

その名高き、トレモ・カモミロ、男の中の男だけど、トレモ、カモミロ、とてもねぼすけ、戦うよりも、昼寝が好き。

と、歌にはあるが、私は、寝てばかりでは、勝てない。と思う。男の人生は、何故、戦いが多いのでしょうか。

ああ？私もずっと寝ていたい。

☆☆☆★菊田さん、どうもありがとうございました！！★☆☆☆

投稿のコーナー

<野崎美智代さんの作品>



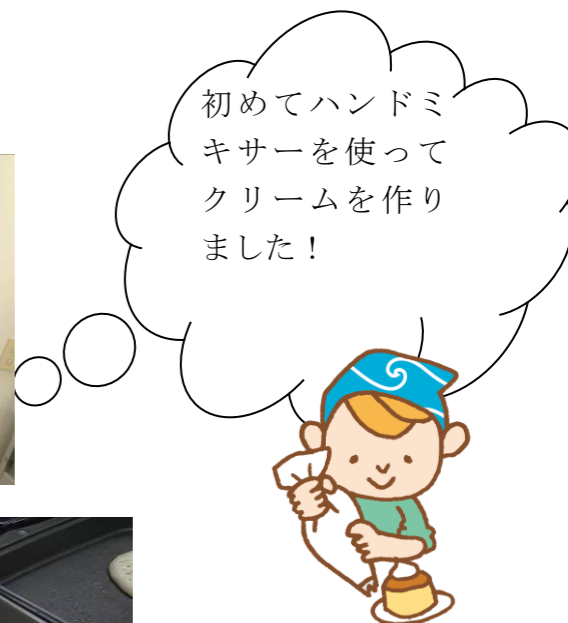
よりみち会（夕食会）のお知らせ

「晩ご飯、一緒にいかがですか??」

ふれあいの郷では、毎月第2、4月曜日の18時から、よりみち会（夕食会）をおこなっています。スタッフが用意した、炊き立てのご飯と手作りお味噌汁、おかずはほっともっとさんのお惣菜を届けてもらってみんなで食べます！食生活の偏りが気になる方や、一人暮らしで誰かと一緒にご飯を食べたい方、なんとなく行ってみようかな…といった方まで、どなたでもどうぞ～！ごはんとお味噌汁はおかわり出来ます☆
費用：500円 ※祝日はお休みです
参加予約：前の週の土曜日までの申込みが必要です。



プログラム報告～おかしづくり～



♡ お菓子作りを楽しんでま～す ♡

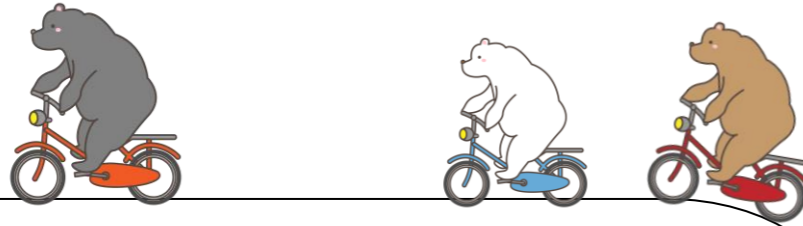
毎月第三木曜日の午後は、お菓子を作って楽しくお茶をしています。女性だけではなく、近頃スイーツ男子も増えたとか。

ぜひ皆さん参加してくださいね！

今まで、カップケーキ、パンケーキ、チーズケーキ、9月は名月にちなんでお月見団子ではなく、みたらし団子をつくりました。

皆さん食べてみたいとか、作ってみたいとかリクエストありましたらスタッフまでお願いします。

プログラムのお知らせ



「そうだ!サイクリングに行こう!」

日時:10月13日(土) 10時~16時頃予定

場所:昭和記念公園

参加費:1500円程度(交通費・レンタルサイクル料・飲食代等の実費)

みんな大好きスポーツの秋がやって来た!

って事で、秋風を切りながら、無数に咲くコスモスを眺めつつ、

気持ちよくサイクリングしませんか?

グローブをご持参なさって、キャッチボールも行なえます!

みんなで気持ちよくカラダを動かしましょう!

昼食は、園内のテラス席で食べる予定です。ご自宅から持参なさっても、

園内で購入したものを召し上がっても構いません。

※障害者手帳をお持ちの方は、ご持参ください。入園料が無料になります。



「今年もみんなで産業まつりに行きましょう」

日時:11月10日(土) 10時~13時頃予定

場所:東村山市役所周辺

参加費:飲食やお買い物にかかった実費

市役所前の通りはイベントで大賑わい、今年はどんな催しが開催されるのかしら?

公園では食べ物とか、その他いろんな物を売るお店が出ますよ。

東村山市を実感する良い機会かもしれませんね。



定期プログラムのお知らせ

セルフヘルプグループ育成講座

第1・3土曜日 10:00~12:00

内容:グループで、話したり・聞いたりする練習をします。「セルフヘルプグループ育成講座」のテープを聴きながら進めていきます。

ふれあい英会話

第3土曜日 14:00~15:00

内容:ボランティア講師の永山先生と一緒に英語に優しくふれるプログラムです、全くの未経験の方でもOKです!

麻雀☆TIME

第4土曜 15:00~17:00

内容:楽しくまったり麻雀しましょう!(定員4名予約制)

よりみち会(夕食会)

第2・4月曜日 18:00~18:30

内容:買ってきたお惣菜、スタッフが作ったお味噌汁、炊きたてのご飯を皆で食べます。参加費:500円(前の土曜日までに予約)

ゆるゆるパソコンきょうしつ

第1火曜日 10:30~11:30

内容:初心者向けにパソコン教室をします。さわったことのない方から、ワードエクセルまでお気軽に!(定員3名予約制)

ハンドクラフト会

第3火曜日 14:00~15:00

内容:それぞれが自分のやりたい手芸・工芸・工作などをもち寄ってやります。

卓球☆DAY

毎週木曜日(第3を除く) 10:00~18:00

内容:第二フリースペースに卓球台を設置しておりますのでどうぞご利用下さい!スタッフがお相手する場合も!?

かんたん体操

第1土曜日 14:30~15:00

内容:無理なく出来る、かんたんな体操を行います。動きやすい服装でお越しください。

単発プログラム

第2・5土曜日

内容:食事や遊びにお出かけや、室内でゲーム大会など、毎月違った内容を行います!

クッキング

第4土曜日 10:00~13:00

内容:みんなで昼ごはんを作って食べます。お料理苦手でも出来るところだけ参加でOK。参加費:400円程度

おかしづくり

第3木曜日 13:30~15:30

内容:みんな大好き甘いもの!お菓子作りなどを行っています!参加費:100円~200円を予定

持ち込み MUSIC

第2火曜日 14:00~15:00

内容:お好みの一曲を持ち寄ってみんなで聴くプログラムです。

健康プログラム

第4火曜日

内容:健康に関するプログラムを行います!運動したり、健康に関する講座開催などを考えています。

土曜日

月曜日

木曜日

火曜日

ご不明な点はお気軽にスタッフまで!