

6月ふれあいカレンダー



日	月	火	水	木	金	土
			6/1のセルフヘルプグループは消防訓練の為、オープンディスカッションのみ、11時で終了となります。			1 セルフヘルプグループ 育成講座(オープンディスカッションのみ) 10:00~11:00 自衛消防訓練 11:00~12:00 かんたんストレッチ 14:30~15:00
2 休	3	4 パソコン教室 10:30~11:30 	5 休	6 卓球☆DAY 	7	8 卓球de遊ぼう 14:00~16:00 @第2フリースペース
9 休	10 よりみち会 (夕食会) 18:00~ 	11 持ち込み MUSIC 14:00~15:00 	12 休	13 卓球☆DAY 	14	15 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
16 休	17	18 ハンドクラフト会 14:00~15:00 	19 休	20 卓球☆DAY 	21	22 クッキング 10:00~13:00 麻雀☆TIME 14:00~16:00
23 休	24 よりみち会 (夕食会) 18:00~ 	25 おかしづくり 13:30~15:00 	26 休	27 卓球☆DAY 	28	29 俺のNo. 1 ~コンビニアイス編~ 14:00~15:00 @第2フリースペース
30 休						

7月ふれあいカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 パソコン教室 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 かんたんストレッチ 14:30~15:00
7 休	8 よりみち会 (夕食会) 18:00~ 	9 持ち込み MUSIC 14:00~15:00 	10 休	11 卓球☆DAY 	12	13 LET'S ボウリング 14:00~16:00 @久米川ボウル
14 休	15 休 海の日	16 ハンドクラフト会 14:00~15:00 	17 休	18 卓球☆DAY 	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 おかしづくり 13:30~15:00 	24 休	25 卓球☆DAY 	26	27 クッキング 10:00~13:00 麻雀☆TIME 14:00~16:00
28 休	29	30	31 休			

東村山精神保健福祉コミュニティ誌

ふれあい通信

No. 121 : 2019年6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://www.hmkk.or.jp/fureai.html>
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。



善春奈さんの作品

プログラム活動報告

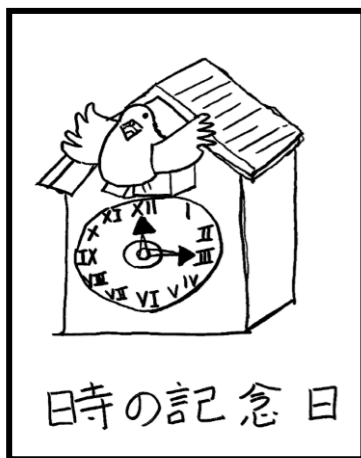
～お花見にいきませう～

3月30日(土)に、所沢航空記念公園にお花見に行ってきました！

当日は、肌寒さを感じる気候ではありましたが、15名の方が参加なさり、無数に咲く桜の下で、途中で購入した茶巾寿司や焼き鳥で舌鼓を打ったり、航空発祥記念館で様々な惑星や月の重力を体験した他、ボール遊びを楽しむ等、平成最後のお花見を楽しんできました♪



投稿のコーナー



時の記念日

作：田村利明さん

職員退職の挨拶

風薫るさわやかな季節となりましたね。皆さんお変わりありませんか？

私事ですが、4月をもって退職することになりました。この間皆さんから楽しい思い出を頂き本当にありがとうございます。

季節の変化に上手に対応されてお元気でお過ごし下さいますように…。

多田



プログラム活動報告

近くへ

行きたい

～東村山散策～

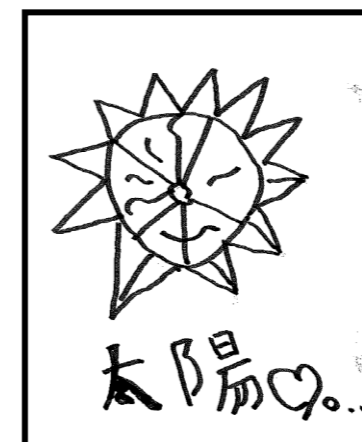
“東村山”と聞いて、皆さんはなにを思い浮かべますか？志村けんや日本エシキテル連合、オコ工瑠偉選手でしょうか？はたまた東村山黒やきそばですか？

他にも建造物としては都内唯一の国宝があったり、ちょっとしたブームにもなっている武蔵野うどん発祥といわれるお店もあるんです。

そんな東村山を、4月13日(土)に散策してきました。散策するにはちょうど良い暖かさとなった当日、5名の方のご参加を頂きました。写真やメモをとりながら熱心に見学したり、地元の方々に古くから愛され続けているお店で、ご自宅へのお土産の購入を楽しむなどしました！予定していたうどん屋さん、臨時休業で味わえなくて残念でしたが、みんな思い思いに東村山を満喫してきました！



投稿のコーナー



作：田村幸男さん

プログラム告知



卓球 de 遊ぼう!

日時: 6月8日(土) 14時~16時 場所: 第2フリースペース

真剣勝負の試合も楽しいけれど、卓球の魅力はそれだけではないはず! 当日は、的当てゲームの他、椅子に座った状態で、何回ラケットの上でリフティングが出来るか等、“卓球”が得意な方も苦手な方も、誰もが楽しめる内容を予定しています。皆さんふるってご参加ください!



俺のNO. 1

~コンビニアイス編~

日時: 6月29日(土) 14時~15時 参加費: 持参するアイスクリーム代

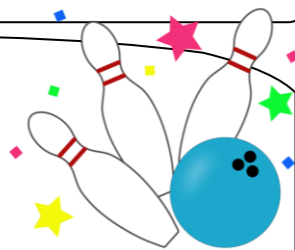
過去二回開催され、大好評を博した伝説のプログラム、[俺のNo. 1]!

今回は、コンビニアイス編を行ないます!

みんなが持ち寄ったそれぞれのNo. 1の、どんなところが好きかなどを発表した後に

シャッフルをして、誰かのNo. 1を味わってみませんか?

※当日はお好きなアイスクリームをおひとつご持参ください。



LET'S ボウリング

日時: 7月13日(土) 14時~16時 場所: 久米川ボウル

参加費: 1000円程度(2ゲーム+貸し靴代。障害者手帳をお持ちの方はご持参ください)

冷房が効いた涼しい屋内で、ボウリングをしてみんなでハイタッチして、楽しいひと時を過ごしませんか?

定期プログラムのお知らせ

6/1は消防訓練の為
11時で終了となります

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 14:00~16:00

内容: 楽しくまったり麻雀をしましょう!
(定員4名予約制)

かんたんストレッチ

第1土曜日 14:30~15:00

内容: 無理なく出来る、かんたんなストレッチを行います。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。お料理が苦手でも出来るところだけ参加でOK。
参加費: 400円程度

土曜日

月曜日

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)

ゆるゆるパソコン教室

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)

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。

火曜日

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・工作などを持ち寄って行います。

おかしづくり

第4火曜日 13:30~15:00

内容: みんな大好き甘いもの! お菓子作りをしています!
参加費: 100円~200円を予定
※第3木曜日から第4火曜日に変更になりました。

木曜日

卓球☆DAY 毎週木曜日 10:00~18:00

内容: 第2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!
スタッフが相手する場合も!?

ご不明な点はお気軽にスタッフまで!

リレーインタビュー

おかざき たかこ
岡崎 貴子さん

Q. 今回はふれあいの郷を利用されている岡崎さんにインタビューさせていただきました！よろしくお祈りします！早速ですがふれあい郷はどんな経緯で利用されたんでしょうか？

A. 2年近く前だと思いますが、「一人で食事をしてつまらない」と相談したところ、施設長さんによりみち会（夕食会）に声を掛けてもらったのがきっかけですね。クリスマス会や英会話などのプログラムや、フリースペースにも立ち寄って話を聞いてもらうなどしています。

Q. いつも楽しいお話しありがとうございます！

A. 昔は内気で内弁慶だったんですが、富士通で働いていた時に、毎朝みんなの前で一言話すという習慣があり、鍛えられました。面白いと思ってもらえるような話をするのが好きですね。

Q. お話といえば、岡崎さんからはよく旅行に行かれた話を伺いますが、今までの旅行で印象に残っていることはどんなことでしょうか？

A. 印象に残っているのは、高千穂峡では真名井の滝を見るのにボートが上手く漕げずに通りかかった夫婦のボートに乗せてもらったことや、富良野ではラベンダーに圧倒されたことなどですね。沖縄では一泊千円程度のゲストハウスに3週間いました。長期間の旅行は初めてなのでチャレンジでした。旅行に行く割には方向オンチで、ツアーで行けば集合場所に行けるか、戻ってこられるか不安で不安で仕方がないんです（笑）。なのでパンフレットなどでしっかり調べて、そこへきちんと行くことで自信になるんです。

Q. 旅行をすることで自信がついていく側面もあるんですね！旅行が好きになるきっかけはあったんでしょうか？

A. 子供の頃家が貧乏で全然旅行に連れて行ってもらえなかったんです。それで大人になったらあっちこっち行きたい！って思っていたんです。

Q. 小さいころからの夢を実現させているんですね～。普段の平日はどんな風にすごされているんですか？

A. けやき第二作業所へ通っています。不器用なので、封筒を一枚折るのにも一球入魂ですよ。作業所でも旅行やカラオケ、ハーベキューなどがあり、楽しみも多いです。出来るだけ長く通ってほしいですね。

Q. 毎日が充実されているんですね！その他では何か好きなことなどはありますか！？

A. 30年近くB'zの稲葉さんのファンです。宇宙一好きです！

Q. 宇宙一なんですか！もっとその辺の話も伺いたいのですが…紙面の都合でここまで…(>_<)最後は今後の抱負をお願いします！

A. 旅行に行くにも仕事をすることも健康が一番です、身体を丈夫に、無理しないようにしたいですね。近いうちに別府の温泉に行こうと思っています～。

☆☆☆☆岡崎さん、どうもありがとうございました！！☆☆☆☆



平成30年度ふれあいの郷事業報告

利用会員登録状況

→122名(男性64名・女性58名)
…うち新規会員27名(男性17名・女性10名)

相談事業

電話相談	4,809件
来所面談	1,118件
他機関連絡調整	2,052件
訪問	201件
同行	210件
代行	138件

フリースペース

フリースペース利用者延べ人数	2,096名
----------------	--------

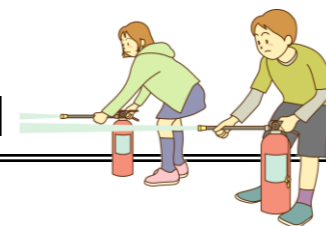
プログラム活動

	回数	参加人数 (延べ)
ゆるゆるパソコン教室	9回	16人
持ち込み MUSIC	11回	38人
ハンドクラフト	8回	17人
健康プログラム (筋トレ)	7回	14人
セルフヘルプ グループ育成講座	14回	45人
ふれあい英会話	12回	73人
かんたん体操	10回	32人
クッキング	10回	46人
麻雀☆TIME	6回	18人
お菓子づくり	11回	31人
土曜プログラム※	18回	129人
よりみち会(夕食会)	18回	63人
計	134回	522人

※土曜プログラム(月1~2回)の内容

…俺のNO1(コンビニおにぎり・パン編)、フリーマーケットに行こう、菖蒲まつりに行こう、しゃぶしゃぶ食べ放題に行こう、水族館に行こう、卓球練習、クリスマス会、大晦日鍋大会、初詣、カラオケ、トークセッション、お花見等

お知らせ



<消防訓練のお知らせ>

6月1日(土)11時ごろより、ふれあいの郷で消防訓練を行います。模擬消火訓練や、避難経路の確認をします。15分程度で終了する予定となっておりますので、宜しければご参加下さい。