

地域活動支援センター つきみがおか

令和6年3月25日

2024年 4月 の活動予定

月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6	日 7
<p>★おねがい★ 人数把握のため、黄色のプログラムはできるだけ事前にお申込みをお願いします。 申込〆切のあるプログラムは期日までに必ずお申込みください。</p>			<p>散歩</p> <p>10:30～12:00 桜を見に行きましょう。</p>		休み	休み
<p>スポーツ</p> <p>集合14:30 14:40～15:50 「卓球+ストレッチ」</p>		<p>くるみの殻で物作り</p> <p>13:30～15:30 参加費:100円</p>	<p>音楽鑑賞</p> <p>13:30～15:30</p>	<p>プラ板</p> <p>13:30～15:30 参加費:200円</p>		
8	9	10	11	12	13	14
		<p>買い出し</p> <p>10:00～12:00 たこやきパーティーの材料買い出し</p>		<p>外出企画</p> <p>10:00～12:00 移転先周辺の探検 集合9:50(つきみがおか) 申込〆切:4/11(木)16:00</p>	土曜開所日	休み
<p>スポーツ</p> <p>集合14:30 14:40～15:50 「卓球+ストレッチ」</p>	<p>パソコン講座</p> <p>13:30～15:30</p>	<p>たこやきパーティー</p> <p>13:30～15:30 参加費:300円 〆切:4/10(水)10:00</p>				
15	16	17	18	19	20	21
<p>引っ越し準備</p> <p>10:30～12:00 プログラムの備品整理 ぜひご協力をお願いします！</p>	<p>外出企画</p> <p>10:00～12:00 移転先周辺の探検 集合9:50(つきみがおか) 申込〆切:4/15(月)16:00</p>		<p>ミーティング</p> <p>10:00～12:00</p>	<p>ツールペイント</p> <p>10:00～12:00 参加費:100円 ★ボラ講師</p>	休み	休み
<p>スポーツ</p> <p>集合14:30 14:40～15:50 「卓球+ストレッチ」</p>		<p>絵手紙</p> <p>13:30～15:30 参加費:100円 ★ボラ講師</p>	<p>習字</p> <p>13:30～15:00 参加費:100円 ★ボラ講師</p>	<p>つきみがおかカフェ</p> <p>13:30～15:30 焙煎珈琲を淹れる練習をします。</p>		
22	23	24	25	26	27	28
<p>引っ越し準備</p> <p>10:30～12:00 キッチンなどの整理 ご協力お待ちしております！</p>				<p>休所日</p> <p>※引っ越し作業に伴い休み</p>	休み	<p>休み</p> <p>(移転先内覧会)</p>
<p>スポーツ</p> <p>集合14:30 14:40～15:50 「卓球+ストレッチ」</p>	<p>パソコン講座</p> <p>13:30～15:30</p>	<p>抹茶</p> <p>13:30～15:00 参加費:100円 ★ボラ講師 〆切:4/23(火)16:00</p>				
29	30	<p>5/1(水)～5/3(金祝) 移転先オープニングイベント</p> <p>ご協力よろしくお祈いします！ ※5/3(金祝)も9:30～17:00で開所</p> <p>移転先住所:瑞穂区北原町3丁目2番地 ジュネス瑞穂1階</p>			4	5
<p>昭和の日</p> <p>(移転先内覧会)</p>	<p>※居場所利用のみ ※机・丸椅子・インターネットPCあり</p> <p>★移転先の片づけや、オープニングイベント準備にご協力いただける方★</p> <p>⇒10:30現つきみがおか集合 ※現地集合(移転先)でもOK</p>				休み	休み

※活動予定表は、ホームページでもご覧いただけます。都合により予告なくプログラムが変更になることがあります。

☆お知らせ☆

☆プログラム参加は自由ですので、プログラムがあってもなくても、自由に過ごしていただけます。プログラムが追加・変更になった時は、施設内に掲示いたします。

プログラム名	内容	
プログラム パソコン講座	必要な方はパソコンをお持ちください。なごや福祉用具プラザのIT相談員やボランティアさんが来ます。PCは全部で9台、ネットに繋がるPCは3台のため、場合によっては交替制で使します。	
習字	毛筆(お手本用意あり)。ボランティア講師あり。	
絵手紙	はがきに絵を描きます。ボランティア講師あり。書きたい画材の持参OK。	
抹茶	各自で抹茶を立てて飲みます。個包装のお菓子あり。✕切を過ぎた後のキャンセルは原則キャンセル料(参加費)をいただきます。	
トールペイント	アクリルの絵の具で好きな画題に絵を描きます。画材の持ち込みOK。洋服に絵の具をつく可能性があります。	
音楽鑑賞	PCを使って好きな音楽を順にリクエスト。CDの持ち込みOK。	
くるみの殻で物作り	くるみの殻を使って、リースやストラップなど作ります。	
プラ板	プラスチックのオリジナルストラップを作ります。	
たこ焼きパーティー	申込・キャンセルともに4/10(水)10:00が✕切です。✕切後のキャンセルは原則キャンセル料をいただきます。買い出しは当日10:00～行きます。	
散歩	桜を見に歩きます。昼食の用意はありません。	
外出企画	移転先周辺の探索。つきみがおかから地下鉄で移動します。申込は前営業日16:00まで。	
スポーツ	体育館でスポーツをします。	
つきみがおかカフェ	登録者以外の精神障害当事者やその家族、支援者が参加できる時間です。利用者の皆様には、つきみがおかやプログラムについてご説明いただくなどご協力をお願いすることもあります。	
ミーティング	5月のつきみがおかの予定を配ります。今後のみなさんのやりたいことについて一緒に考えます。インスタントの飲み物を提供します。	
居場所メニュー		
メニュー名	内容	参加費
絵手紙	自由活動で行えます。	2時間100円
トールペイント		
習字		
抹茶		
塗り絵	風景画、花、すみっこぐらし、マンダラ等の塗り絵があります。短時間で完成するもの、時間をかけて塗るものなど沢山あります。	1枚10円(印刷代)
ナンプレ	数字を空欄に埋めていくパズルです。思考力や集中力の向上に!?	なし
間違い探し・熟語パズル	脳トレになります。	なし
施設作品づくり	つきみがおかに飾る作品などを作ります。	なし

申込み・お問い合わせ

社会福祉法人 名古屋市総合リハビリテーション事業団

瑞穂区障害者基幹相談支援センター[月～金曜日・第2土曜日 9:00～17:00 第2以外の土・日・祝日・年末年始を除く]
 地域活動支援センターつきみがおか[月～金曜日・第2土曜日 9:30～17:00 第2以外の土・日・祝日・年末年始を除く]
 名古屋市瑞穂区弥富町月見ヶ岡5 NTT西日本八事ビル1階 TEL 052-835-3848 FAX 052-835-3743