

地域活動支援センター つきみがおか

平成29年10月24日

2017年 11月の活動予定

月	火	水	木	金	土	日
	31	1	2	3	4	5
 <div data-bbox="542 280 1013 414" style="border: 1px solid orange; padding: 5px; border-radius: 10px;"> 陽明郵便局へ展示する作品作りとして「秋」をテーマに絵手紙を行いました。 </div>				文化の日 		
		ゲーム会 13:30～15:30	外出企画 日帰り旅行おやつ買い物 13:30～15:00		休み	休み
6	7	8	9	10	11	12
トールペイント 10:00～12:00 参加費:100円				ランチ会 「スーパースパゲッティ(和風)」 11:30～12:30 参加費:200円 〆切 11/10 9:30 9人限定申込制先着順		
スポーツ 「ビーチボールバレー」 集合 14:30 14:40～16:00	パソコン講座 1部 13:00～14:15 「エクセルのプログラム入力」 2部 14:15～15:30	絵手紙 13:30～15:30 参加費:100円 ☆ボラ講師	つきみがおかを飾ろう 13:30～15:30 クリスマスの飾り付けをしよう	映画鑑賞 「君の名は」 13:30～15:30	土曜開所日	休み
13	14	15	16	17	18	19
特別企画 陽明秋の餅つき会 @エルダンジュ	学ぼう会 広報なごやを読もう 10:30～12:00	茶話会 「モーニング」 とろーりエッグ 10:00～11:30 参加費:100円		トールペイント 10:00～12:00 参加費:100円 ☆ボラ講師		
10:40地活集合 11:00～13:30 参加費:500円 申込制先着順	 パソコン講座 1部 13:00～14:15 2部 14:15～15:30 日帰り旅行説明会 16:00～16:30	音楽鑑賞 好きな音楽CDを持ち 寄って紹介しましょう 13:30～15:00 リラクゼーション(ストレッチ) 16:00～16:30	外出企画 バレーボールの試合 を観に行こう! 12:50地活集合 13:00～16:00	ミーティング 活動予定表の配布等 13:00～14:30	休み	休み
20	21	22	23	24	25	26
園芸 地活の花壇に苗を植えよう! 10:00～11:30	施設作品作り クラフトで備品や試作づくり 10:00～12:00		勤労感謝の日	ものづくりの会 UVレジン 10:00～12:00 参加費:200円 10人限定申込制先着順		
クラフト 13:30～15:30 参加費:100円 日帰り旅行説明会 16:00～16:30	パソコン講座 1部 13:00～14:15 「エクセルのプログラム入力」 2部 14:15～15:30	茶話会 「抹茶」 13:30～15:30 参加費:100円 ☆ボラ講師		リラクゼーション 太極拳@体育館 13:20地活集合 13:30～14:30 ☆ボラ講師	休み	休み
27	28	29	30	1	2	3
特別企画 日帰り旅行 9:30～16:00 9:15地活集合	昼食作り打合せ 10:30～12:00 打合せと買物	昼食作り 「かやくご飯」 10:00～12:30 参加費:300円 〆切11/28 10:30				
※申込していない方は参加できません。 地活は、居場所としてご利用頂けます。	パソコン講座 1部 13:00～14:15 2部 14:15～15:30	スキルアップ検討会 13:30～15:00 困っていることを相談してみよう	お菓子作り 「さつまいものお菓子」 13:00～15:30 参加費:300円 〆切11/29 16:00		やす 休み	やす 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☆

☆4月から開所時間の変更予定があります。10:00~16:00から9:30~17:00への時間変更、及び第二土曜日の開所です。

☆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。

- ・11/13(月)に陽明秋の餅つき会があります。10:40に地活に集合して職員と現地まで行きます。現地解散、自由行動になります。つきみがおかは居場所としてご利用頂けます。
- ・詳細チラシをご覧ください。
- ・11/27(月)に日帰り旅行に行きます。
- ・行先: 抹茶工場、みそばーく(西尾市)すでに参加者は決まっています。参加される方はしほりをよくご確認ください。

特別企画



- ・11/16(木)にバレーボールの試合を観に名東スポーツセンターに行きます。
- ・12:50に地活に集合してみんなで一緒に行きます。お持ちの方は福祉乗車券を持参して下さい。

外出企画



- ・11/24(金)にUVレジンを作ります。
- ・10人限定先着申込制です。定員になり次第締め切りますが、当日でも空きがあれば参加する事ができます。

ものづくりの会



- ・つきみがおかミーティングを月一回行います。
- ・つきみがおかの次月のプログラムを配布します。
- ・次々月のプログラムの希望を伺います。
- ・職員からのお知らせをしたり、利用者の皆様からのご意見をお伺いします。

ミーティング



- ・持ち物: 体育館で使える運動靴・タオル・水分補給の飲み物
- ・14:30つきみがおか集合
- ・場所: 福祉スポーツセンター

スポーツ



- ・持ち物: 動きやすい服装・飲み物・体育館の場合は体育館で使える靴
- ・<ヨガ>
- ・体育館で行う時と、地活でイスヨガをするときがあります。
- ・<太極拳>
- ・定例で最終金曜日に体育館で行います。ボランティアの先生がみえます。
- ・<体育指導員さんとストレッチ>
- ・地活で行います。

リラクゼーション



- ・個別で行いたいことに取り組んでいただけます。
- ・持ち物: 必要な方はパソコン
- ・なごや福祉用具プラザの方が講師で、ボランティアさんもみえます。

パソコン講座



- ・学ぼう会は、制度・病気・障害・生活・コミュニケーション、その他様々なテーマをとりあげます。
- ・スキルアップ検討会は、問題解決技能訓練を使って、困った事の解決に向けて問題を整理する、方向性を探っていく会です。

学ぼう会

スキルアップ検討会



- ・参加費: 100円
- ・洋服に絵の具がつくことがあります。
- ・<絵手紙>
- ・書きたい画材があれば持参
- ・毎月第二水曜日の午後定例で、ボランティアの先生がみえます。
- ・<トールペイント>
- ・毎月第三金曜日の午前定例で、ボランティアの先生がみえます。

トールペイント・絵手紙



- ・参加費: 100円
- ・ペーパーバンドを使った作品を作ります。
- ・人気のプログラムです。

クラフト



- ・<プログラム準備>
- ・主に創作プログラムの準備作業を職員と一緒にいきます。
- ・<施設作品作り>
- ・施設の飾り付けをしたり、備品を創ったり、普及啓発で地域の方などに配布する作品を作ったりします。

施設作品作り・プログラム準備



- ・好きな音楽や本を持ち寄って紹介しあいます。お持ちでなければ、その場でインターネットで検索しますので、持参できなくてもかまいません。
- ・紹介せずに話を聴くだけでもOKです。

音楽鑑賞



- ・お抹茶・ラテ・アート・モーニング(手煎り焙煎コーヒー)などがあります。
- ・季節によっているんな飲み物をつくり、お茶を飲みながら楽しくお話をしましょう。
- ・参加費: 100円
- ・お抹茶は毎月第4水曜日の午後定例で、ボランティアの先生がみえます。

茶話会



- ・材料準備の関係上、〆切後のキャンセルは、参加費をいただきます。
- ・参加費300円(簡単昼食200円)
- ・昼食作りは、前日に材料と作り方の打合せをしています。
- ・基本的に、昼食作りは前日の10:30、お菓子作りは前日の16:00を締切としています。

昼食づくり・お菓子作り



- ・職員が食事を作ってみなさん食べていただく企画です。
- ・材料費200円
- ・材料準備の関係上、〆切後のキャンセルは、材料費をいただきます。
- ・先着9名限定です。

ランチ会



- ・つきみがおかの花壇を花と緑できれいにします。陽明学区町美推進委員会のとも協力して草取りなど行います。
- ・サークル活動として実施することにしました。
- ・雨天時は中止のことがあります。

園芸サークル



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