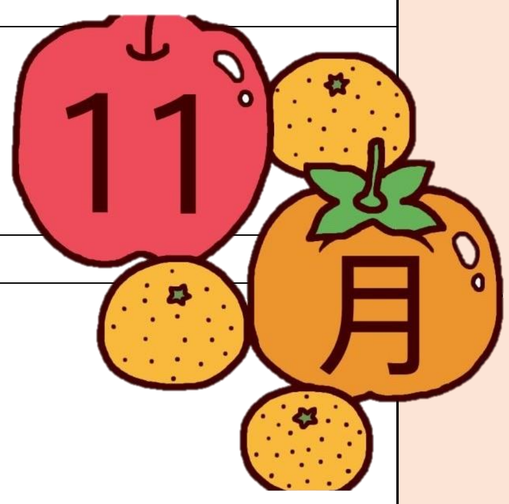
地域活動支援センター　つきみがおか

令和8年10月23日

2026年　11月　の活動予定

月	火	水	木	金	土	日
2	3	4	5	6	7	8
	休み		地域開放企画 10:30～11:30 「ボッチャ練習会」		休み	休み
		カラオケと音楽鑑賞 13:00～15:00		ゲーム会 13:30～15:00 「かざみどり」 ★ボランティア		
9	10	11	12	13	14	15
BBQの準備日です。食材を切ったり、お肉の下味をつけたり、道具の準備など予定しています。（食材は，事前に皆さんにリクエストをお聞きし、職員が購入する予定です。）	BBQ準備日 10:30～12:00 パソコン 13:30～15:30 1部:13:30～14:30 2部:14:30～15:30	外出企画 9:00～16:00 @大高緑地公園 デイキャンプ場 雨天時：決行 詳細はつきみがおかのチラシをご覧ください。 参加費:1500円 締切:9日17時 	遅刻のないよう、時間厳守でお願いします。		土曜 開所日	休み
16	17	18	19	20	21	22
スポーツ 12:20～15:00 「カローリング」 @名古屋市総合リハビリテーションセンター 福祉スポーツセンター	就労継続支援B型事業所「ジャズバー　イマーゴ」で事業所間交流として、合同カラオケが開催されます。最新の音響設備で歌うことが出来るそうです。 カラオケ 13:10～15:40 「イマーゴで カラオケをしよう♪」 締切:6日17時	絵手紙 13:30～15:00 参加費:100円 ★ボラ講師		トールペイント 10:00～12:00 参加費:100円 ★ボラ講師 茶話会 13:30～15:00 参加費:100円	休み	休み
23	24	25	26	27	28	29
休み	透明なカップにホイップやビーズなどのパーツをのせて作ります。キーホルダーや置物としてもお使いいただけます。 2つ目からは、300円になります。	ミーティング 10:00～12:00 抹茶 13:30～15:00 「作法を学ぶ会」 参加費:100円 ★ボラ講師	みずほフェスタ26は、11月24日（火）～27日（金）に開催予定です。メイン会場：瑞穂区役所2階さくらルーム・講堂です。26日はつきみがおかもサテライト会場となっています。希望された方の作品展示も行われています。 みずほフェスタ 13:00～16:00 「つきみがおか café」	つきみがおかカフェ 13:30～15:00 ★地域開放 	休み	休み
30	1	2	3	4	5	6
ものづくり 13:00～14:00 「フラペチーノ風 キーホルダー」 参加費:400円 ★ボランティア 	つきみがおかとしては、焙煎珈琲、お菓子や簡単な物作り（プラバン、ポンポン、くるみボタン）景品配布を予定しています。 ★お知らせ★ このプログラムは案になります。 最終決定のプログラム表は、11月以降にこちらのQRコードからご確認下さい。				休み	休み

※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。

★11月のプログラム内容の詳細★

11月11日(水)「BBQ」
開催場所:大高緑地公園 （デイキャンプ場）
集合場所はつきみがおか、時間は9時です。
（時間厳守でお願いします。当日朝1500円集金です。）
雨天時:決行(屋根付きエリア)
経路:地下鉄＋市バス
※レジャーシート、水分、雨具は各自で持参してください。
※遅刻した方は各自で現地までお越しください。
（一人で現地までお越し頂けない方は不参加となりますのでご了承下さい）
※詳細は、つきみがおかのチラシをご覧ください。



★ご紹介★



毎年恒例の切手アートです。皆さんと作成しました。
明るく、にぎやかなクリスマスをイメージしながらクリスマスツリーとプレゼントを作ってみました。
11月頃に陽明郵便局に展示予定です。



ちょっと豆知識・・・

11月3日文化の日とは？
「自由と平和を愛し、文化をすすめる」ことを趣旨とした日。

11月23日勤労感謝の日とは？
「勤労をたっとび、生涯を祝い、国民が互いに感謝しあう」ことを目的に定められた日。

プログラム参加希望確認書
つきみがおかは、利用者さんと一緒にプログラムづくりをしています♪
職員がどの分野においても経験があるわけでは無いので、皆さんと一緒に考え、挑戦していきたいと思っています。
モノづくりのプログラム等は、必要に応じてプログラム練習日を設けていきたいと思っています。
季節行事も一緒に考えていきますので、お気軽にお声掛けください。お待ちしています♪
ゲーム、クラフト、キルトのサロンをボランティアの方をお招きして開催しております。
開催日、内容についてはつきみがおかにて掲示します。

★パソコン講座
つきみがおかには、ネットが繋がるパソコンが4台と繋がらないパソコンが4台あります。
台数が不足して、パソコンをお使いいただけない状況が発生する可能性がありますので、1部と2部で時間を区切りました。
当日、ご参加いただける台数に余裕がある場合は、部を跨いでご利用いただけます。

★居場所メニューについて
準備から片付けまで基本的にはご自身でお願いします。他のプログラム中も場所があればしていただけます。
「絵手紙」「習字」「抹茶」「トールペイント」「クラフト」は、2時間100円です。
他、「塗り絵」「ナンプレ」「間違い探し」「共同作品作り」があります。

【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
名古屋市瑞穂区北原町3丁目2番地ジュネス瑞穂1階　TEL　052-680－7111　FAX　052-680－7626