



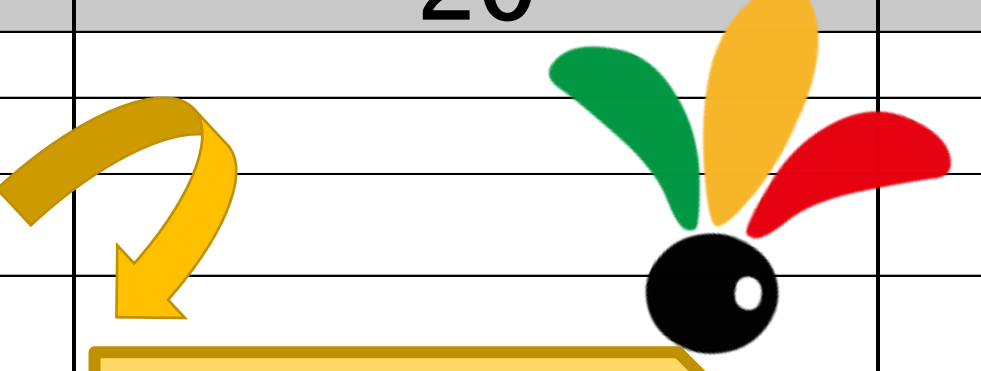




2026年		1月		の活動予定			
月	火	水	木	金	土	日	
			1	2	3	4	
トールペイント 予約開始 1月5日(月)9:30～		今年度は、12月27日～1月4日までお休みです。				休み	休み
5	6	7	8	9	10	11	
つきみがおかから 徒歩10分ほどの 場所にあります。	第1金曜日がお休み のため、別日での開 催になります。	事前アンケートのご協力ありがとうございました。 当日は、意見交換を中心に行います。			土曜 開所日	休み	
外出企画	ゲーム会	権利を知るサロン	学ぼう会				
「つきみがおかの氏神様 にご参拝に行こう」 13:30～14:30 @本願寺八幡社	「すき焼きゲーム」 13:30～15:00 ★ボランティア	14:00～15:30 @当事者部会 ★弁護士	13:30～14:30 「食生活と体調管理 について」				
12	13	14	15	16	17	18	
瑞穂区役所発 13:02 熱田神宮西着 13:16 熱田神宮西駅より熱田神宮まで15分弱かかります。 現地解散OK！ つきみがおかに戻られる方は14:30頃には熱田神宮を出発します。				トールペイント 10:00～12:00 参加費:100円 定員:6名 ★ボラ講師	休み	休み	
休み 	外出企画		茶話会	映画鑑賞			
	「熱田神宮に行こう」 12:50～15:30 @熱田神宮 ★地域交流企画 しんおとう		「初会」 13:30～15:00 参加費:100円	「白雪姫」 13:00～14:30			
19	20	21	22	23	24	25	
スポーツ		絵手紙	灯籠づくりとミニ講話	カラオケ	休み	休み	
12:50～15:30 @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 ★精治寮病院 ★地域活動支援センター かたつむり&かけはし 「モルック」		13:30～15:00 参加費:100円 ★ボラ講師	13:30～15:00 ★地域交流企画 参加費:無料 @ディーエンカレッジ 金山キャンパス 13:30～14:30 灯籠づくり 14:30～15:00 ミニ講義	13:30～15:00 			
26	27	28	29	30	31	1	
ミーティング							
10:30～11:30							
巾着づくり	パソコン講座	抹茶	音楽鑑賞	つきみがおかカフェ	休み	休み	
13:00～15:00 参加費:無料	13:30～15:30 1部:13:30～14:30 2部:14:30～15:30	13:30～15:00 「抹茶を楽しむ日」 参加費:100円 ★ボラ講師	13:30～15:00	13:30～15:00 ★地域開放 			

※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。

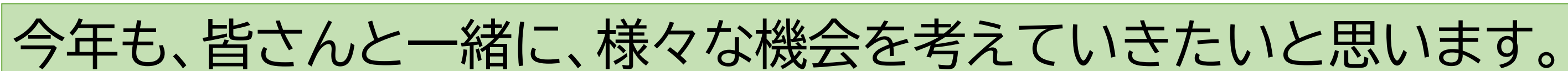


ものづくり: 去年は初めての企画がとても多かったように思います。地域ボランティアさんにもご協力いただき、沢山の企画(ポップりづくり、ステッカーづくりなど)を行いました。

音楽会：つきみがおかでは防音設備が無く、開催することができない音楽会を、他事業所に出向いて行いました。

当日は、合唱や合奏を楽しみました。

スポーツ:昨年9月より時間帯を変更して開催していました。精神科デイケアや他区の地域活動支援センターで等と様々な種目で交流しました。12月には、地域開放企画と題して地域の方とも一緒しました。



今までしたことがなかったことや難しいかなと思っていたこと等があれば、地活職員にお声掛けいただき、どうしたら企画に出来そうか、どんなことなら取り組めそうか、一緒に考えていきましょう。ご意見、お待ちしております。



<プログラム提案書について>

プログラムのご希望はこちらに記入してください。
※内容はイメージをお書きいただく欄です。

記載方法やどんな風にプログラムにしたら良いかな…と悩まれている方は、地活職員にお声掛けください。



★トールペイント

4月より当面月に一度のプログラムになります。

原則、1日、9:30以降に予約を開始しますので、電話連絡、又は、つきみがおか掲示物に記名をお願いします。

ご予約制ですが、当日空き枠があればいただけます。

お手数ですが、キャンセルの場合は、プログラム開始時刻までにご連絡をお願いします。

★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」「ツールペイント」「クラフト」は、2時間100円です。

【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

