

地域生活支援センター フラッツ

2014年1月(月間予定表)



日	月	火	水	木	金	土
--	--	--	1	2	3	4
			休館日	休館日	休館日	
5	6	7	8	9	10	11
		初詣	休館日	Wii カラオケ	栄養相談	わくわく 体操
12	13	14	15	16	17	18
休館日	休館日 成人の日	お茶会 フラッツ通信投稿×切	休館日	交流室・ピア 協力員を 考える会		パソコン塾 二宮先生
19	20	21	22	23	24	25
パソコン塾 野田先生	フラッツ 食堂	お茶会 PMK	休館日			Wii カラオケ
26	27	28	29	30	31	
休館日	詰め会	お茶会 プチ韓国語	休館日			

※お知らせ※

- ・年末年始のため1月3日(金)まで臨時休館となります。
- ・フラッツ食堂はボランティアさんの都合で第3月曜日のみとなります。
- ・農園は冬季1月～3月まで休止です。4月から再開となります。

☆今月の保坂職員の一言☆

2014年がよい御年になりますように。
交流室が皆様にとって安らぎの場所となる様、微力を尽くしてまいりますのでご協力の程よろしくお願い致します。



定例 「悩みを話し合おう会」(メンバー自主企画)

日時 1月12日(日) 13時～15時
テーマ「新年の抱負について」 12月の参加者は男性2名女性3名でした。
※場所については、当日つばさの職員にお問い合わせください。



「初詣」

日時 1月7日(火) 10:30～13:00
場所 大国魂神社(府中)
申込要 1月5日(日)まで。交流室ホワイトボードにご記入お願いします。申込み期間が短い為、電話でも申込み可能です。
費用 交通費、食事代自己負担でお願いします。
集合 10:20 フラッツ交流室
※外出プログラムの為、登録者の方のみとさせていただきますので、よろしくお願い致します。

「交流室・ピア協力員を考える会」

日時 1月16日(木) 16:00～
場所 フラッツ交流室
内容は現在未定です。

フラッツ食堂
一月二十日

- ・ごはん
- ・みそ汁
- ・しゅうまい
- ・だいこんと豚肉の煮物
- ・コーヒーゼリー

～12月17日 PMK 報告～

- ①忘れ物・傘について
年末に持ち主がいなければ処分をさせていただきます。交流室に置いておきますので、確認をお願いします。
- ②WRAP
11・12月に、オリエンテーションWRAPを行いました。2014年1月から6月を1クールとして、WRAP クラスを予定しておりますが、人数がいっぱいになったため、今回はオリエンテーションWRAPに参加した方だけの参加になります。今後も続けていく予定ですので、またお知らせします。
- ③初詣
左記参照をお願いします。
- ④お茶会のお菓子について
自分のペースでお菓子を食べたいので、個別にお菓子を分けたいという意見がありました。メンバーさんと話をした結果、次回から個別でお菓子を分けることになりました。



定例プログラム

◇：登録不要 ◆：登録要
★：登録要・事前予約制

- ◇ お茶会 14:00～
- ◇ フラッツ食堂 17:30～、前日までに申込・400円前払い要。定員18名まで。
- ◇ 詰め会 14:00～、正式名称「フラッツ詰めちゃおう会」
- ◇ わくわく・フラッツ体操 14:00～、音楽に合わせて皆で体操。
- ◇ Wiiカラオケ 14:00～16:00 ゲーム機「Wii」を使って皆でカラオケ交流。
近隣に迷惑がかからないよう声は控えめに。
- ◇ ラジオ体操 15:00～ 定番のラジオ体操第一。
- ◆ 農園 15:30～(多少前後します) (1月～3月中止)
- ★ パソコン塾 (前月最初のPC塾当日 10:00より受付) マンツーマンの個別指導。
①13:20～②14:00～③14:40～15:20～⑤16:00～各30分
- ★ 栄養相談 16:00～、管理栄養士による個別面接。

★年次プログラム 初詣(1月) お花見(4月) 花火(8月) クリスマス忘年会(12月)

プラッツ通信

2013年12月26日(木) 発行第162号

1月

新年(2014年)に向けて

去る12月21日にプラッツ交流室で「クリスマス忘年会」を、メンバー14名、ボランティア1名、職員6名で賑やかに行いました。交流室での開催は久しぶりでしたが、数日前から室内は飾りつけを行い、場所の移動がないので準備がすみやかに行えました。料理は外注のオードブルと飲み物を用意すれば、混ぜご飯とクリスマスケーキはレタスの会から2名の方がボランティアとして午前中から来て作っていただきました。交流室は隙間なくぎっしりでしたが、何とか立食形式ではなくテーブルで料理を楽しむことができました。一年の振り返りと新年の抱負には、短い言葉の中に皆さんの一年と想いが垣間見れて感慨深いものがありました。職員全員が短時間でも顔出しをして皆さんに挨拶をすることができたのは嬉しいことでした。

指定相談支援事業(サービス等利用計画作成など)や精神障害者地域移行体制整備支援事業の拡充により、交流室での対応やプログラム参加の機会が少なくなっている職員にとって貴重な時間となりました。2014年度もよろしくお祈りいたします。

今回で、この「クリスマス忘年会」も15回目を数えました。節目の時期を迎えて、来年6月には、はらからの家福祉会35周年(法人設立15周年)記念事業を予定しています。プラッツの事業紹介には皆様のご協力をいただくこととなりますのでよろしくお願いいたします。



山内慈水



社会福祉法人はらからの家福祉会 地域生活支援センタープラッツ

《住所》 国分寺市南町3-4-4 《開館日》 月・火・木・金・土・第1・3日曜
 《相談用》 042-359-2440 《休館日》 水・第2・4・5日曜日・祝日
 《HP》<http://harakaranoie.com/index.html> 《開館時間》 10時~19時00分(午後7時)
 《来所・電話相談》 10時~19時00分

喫煙は所定の
場所で・・・。



「困った笑顔 苦笑い」

困った笑顔って面白いな 特に女の子に対して言えることなんだけ
 どどうしていいかわからない事に遭遇した時って実に面白い
 あまりに面白すぎて眉毛がハの字になった時って最高だ 見てるこ
 っちが笑いたくなるほど楽しい

本人は困ってるんだろうけど笑ってる時ってこっちが幸せになるほ
 ど面白い その笑顔はもらい笑いするほどだ

可愛いというか笑顔っていいな 美人が澄ました笑顔なんかよりよ
 ほど可愛く見える 昔は女の子が大口開けて笑うなんてはしたないな
 なんて言われてたけど

いいじゃない 楽しければ何でもあり 困ったときの笑い 苦笑い
 って本当に楽しいや 可愛い笑顔って女の子だけに与えられた特権な
 のかもな 笑いは人々を明るくするからね

ペンネーム 烈火

「歌壇」

・年々この世も末というけれど

・元日は宅配便のオードブル

・家を出る時に戸締りを確かめる

・クリスマスプレゼントにでもいらしたる

・姉も来ず弟も来ずひとりだけ

・一度で済まず二度も三度も

・スノーグローブもあそび夜

・そんな正月餅が膨れる

・そんな正月餅が膨れる

・そんな正月餅が膨れる

ペンネーム 烏田高志

「1日をふりかえって」

今日1日を振り返って 私はとても楽しい有意義な日
 を過ごしました。何をしても楽しい自分の具合が良くな
 っていくのも自分で感じられます。特に今日はプラッツ
 でカラオケがあり2時から4時までの2時間、数名の方
 と一緒にカラオケを楽しみました。お世話して下さるスタ
 ップさんの気配りもとてもこころよく感じられました。

私ももう高齢者の中に入る年なのですが自分では若い
 時の気持ちがなかなかとれません。自分では本当に変なお
 ばさんになってしまったものだと思っています。何しろ今
 日はカラオケがとても楽しかったです。明日もまた楽しい
 気持ちでいられる様努力してみようと思っています。

すべての事に感謝の一言です。

ペンネーム てまりのまりちゃん

「金魚をいただいて」

兄から金魚を11匹もらいました。

金魚バチとエサは兄に買ってもらいました。

金魚を見た時、とてもかわいいと思いました。でも部屋
 が電気ストーブで暖かいせいか、みんなアップアップして
 きて2匹が横たわってしまったので、兄に相談したら、水
 を取りかえて玄関のような涼しい所へ置くように言われた
 ので、私は夜、玄関に置きました。翌日金魚は全員生き返
 って元気に泳いでいます。本当によかったなと思いました。
 弟が毎月持ってきてくれる花と金魚バチを飾って玄関がと
 ても明るい感じ。エサは1日3回水も1日1回取りかえ
 て毎日世話をすることになり、少し大変ですが嬉しいです。

大きくなったらもっと大きい金魚バチにうつそうねと兄
 と話し合っています。

ペンネーム 須長 昌子

「短歌集」

・大涌谷にて黒玉子買い

・5個で三十五歳年が延びると言われ、

・オリンピックまでは生きのびたかなと思ふ

・彫刻の森美術館にて

・シャコメッティの像に出会い

・鋭角的な線に触れ心に彫んだ

・満天の空に金星光り、

・足湯を楽しむホテルかな

・箱根神社は、山深くあり、

・みんなと一緒に登って行ったのに 感動せり

・みんな元気でいいなあと感じた

・プラッツ旅行なり

ペンネーム 海野 悠子



投稿コーナー

2013年、たくさんの素敵な投
 稿ありがとうございました。
 2014年も投稿お待ちしております♪