

地域生活支援センター フラッツ

2014年12月(月間予定表)



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	プラッツ食堂	お茶会	休館日	Wiiカラオケ		
7	8	9	10	11	12	13
	農園	お茶会	休館日 プラッツ投稿×切		栄養相談	わくわく体操
14	15	16	17	18	19	20
休館日	プラッツ食堂	お茶会 PMK	休館日			クリスマス忘年会
21	22	23	24	25	26	27
パソコン塾 野田先生	農園	祝日 休館日	休館日	詰め会		Wiiカラオケ
28	29	30	31			
休館日		休館日	休館日			

12月30日～1月3日までフラッツは休館日です。間違いのないようお気を付け下さい。
 1月4日(日)から通常開所です。
 ・毎週木曜日(Wiiカラオケを除く)、金曜日は14:00～17:00の間、ボランティアさんが交流室にいらっしゃいます。
 ・12月20日14:00～16:00はクリスマス忘年会の為、通常のご利用は出来ませんので、ご注意ください。
 ・12月の二宮先生のパソコン塾は先生の都合により、お休みです。

☆今月の保坂職員の一言☆

とっても不思議なのですが・・・最近、靴箱にスリッパや靴が片方ずつ入っていることがあります。スリッパは左右一組にしてスリッパの段に戻して下さい。又、他の人の靴を間違えて出してしまった場合も左右一緒にして元の所に入れてください。よろしくお願いします。



「クリスマス忘年会」

日時 12月20日(土) 14:00～16:00
 場所 プラッツ交流室
 申込要 12月16日(火)まで。
 交流室ホワイトボードにご記入をお願いします。
 費用 600円(当日集金します。)
 集合 交流室 13:30～受付開始です。
 メンバーさんの演奏、短歌や詩、短文等の朗読を企画考案中です。朗読は現在も発表者をどしどし募集中ですので、興味ある方は職員までお声掛け下さいね！また当日準備を協力してくれる方も随時募集してます！
 今年最後の楽しい企画ですので、時間のある方はぜひご参加ください。お待ちしております(^^)！！
 ※プログラム中は通常のご利用は出来ません。ご注意ください。



～11月18日 PMK 報告～

- ①交流室・館内利用について
- ・喫煙所に行く時や、出かける時にスリッパを脱ぎっぱなしのままの状態や、靴箱にスリッパが片方ずつ入っていることがあります。スリッパを使用後は元の場所にきちんとしまってくださいをお願いします。
 - ・交流室利用中に、自分の荷物を交流室に置きっぱなしのまま席を立たれる方が最近見受けられます。交流室は多くの方が出入りをしています。席を立たれるときは必ず貴重品、荷物を持つようにして自己管理の徹底をよろしくお願いします。
- ②いごちのよいフラッツが守られていない、不快な思いをしている人がいる。職員が具体的に何もしてくれていない。
 →嫌な思いをした時にその場で職員を呼んでいただき、両方で話をするようにしていきましょう。

- フラッツ食堂
 十二月一日
 ・ごはん
 ・豚汁
 ・ハンバーグ
 ・マカロニサラダ
 ・フルーツ
 十二月十五日
 ・牛肉とごぼうのまぜごはん
 ・みそ汁
 ・切干大根の煮つけ
 ・はくさいの浅漬
 ・コーヒーゼリー

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 14:00～15:00
 - ◇ プラッツ食堂 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「プラッツ詰めちゃおう会」
 - ◇ わくわく・プラッツ体操 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 マンツーマンの個別指導。
 ①13:20～②14:00～③14:40～④15:20～⑤16:00～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)

「午前0時のサンタクロース」

クリスマスが近づくと親に大きい靴下を買ってとねだったことがある。サンタクロースは子供の心に期待を与えてくれた。おもちゃや絵本が欲しくて壁に靴下をぶら下げてひたすら待った。寝ないでサンタさんに会うんだと目をこすって眠いのを我慢したけどいつの間にか寝てしまった。朝目が覚めると枕元にプレゼントが置いてあって。ああ サンタさん来たんだ。会いたいようななんてこともあった。そりに乗り赤い服を着たサンタさんに会いたかった。子供はいつでも夢をみる。大きくなるごとにサンタさんなんかいなくてサンタは親なんだと夢が無くなった。そりとシャンシャンと鳴る鐘の音。それが聴きたかったんだ。親は言っていた。ちゃんと寝ないとサンタさんは来ないのよ。寝なさいって。家は貧しく電飾なんかするお金はなかったけどそんなものより僕はサンタさんに会いたかった。夢があるっていいな。結局サンタさんに会うことは出来なかったけどそれで良かったんだよ。夢は夢のままいい。クリスマスがくる毎にそんなことを思っていた。今では小さな夢だったけど子供の頃は絶対サンタさんはいるんだって。子供は純粋でいいよな。僕には夢がある。世界中の子供たちに夢を与える存在になりたいんだ。絶対になるとね。

ペンネーム 烈火



メリークリスマス☆
IT

「歌壇」

- ・イブイブに 羽目はずして 酔いどれで 家路を急ぐ
- ・教会の 庭の木の 美しき イルミネーション キラキラ光る
- ・イブの夜 サンタクロース 待ちわびて 眠りに就ける 幼き頃よ
- ・シャンパンの 甘き香りに 耐えきれず あげそなりき ああクリスマス
- ・足腰の 痛みがとれた 嬉しさに 親しき友と やきとりを喰う
- ・夜更け時 ぶつぶつ独り言をいう そろそろすることが 快感なりき
- ・血縁の 姉や弟よりもまだ 他人のほうが 付き合やすい

ペンネーム 鳥田高志

「クリスマスのごちそう」

もうすぐメリーメリークリスマス！

クルシマスなんて言わないで

年一度の楽しいイベント

さあて今年はどんなごちそう作ろうか？

さすがにターキーは無理だけど

やっぱり 鶏のもも肉は外せないよう！

ハーブやスパイスに漬けて

グリルでじゅうじゅう！！

焼き立てをぱくりといきたいね！

サラダはレタスにゆで卵にオニオンに生ハムに

ドレスリングはてづくりしよう！

オードブルは買ってきちゃお

ケーキは大好きなイチゴショート

お酒は弱いからシャンメリー

ペンネーム 夢見るささ鳴き娘 第2章

「みんな他人のクリスマス・ストーリー」

大雪が降ったクリスマスイヴの昼。

ケーキを買いに行ったら、公園に何だかよく分からない大集団がいて、とても大きな雪だるまをつくろうとしていた。

「どういう関係なの？ ご近所さん？ 同窓生？ インターネットで集めたの？」

あとで訊いたら、
「知らない。いつの間にか意気投合してたけど、みんな他人だよ」

もう夜になろうとしている。イルミネーションに照らされて、雪だるまはほのかに輝いている。

ペンネーム ワタル

投稿コーナー

プラッツ通信

12月

2014年11月20日(木) 発行第173号

「一瞬・・・」

もう12月になりますね～今年が終わると思ったら、本当に時間が早く感じられます。去年より早く感じられるようです。なぜ年々早く感じられるんですかね？年を取ることによって、気にすることや心配事が多くなってるとは思いますが…体の細胞がだんだん時間をはやく感じてしまうんですかね…最近、私はこんな変な事ばかり考えてます。

今朝、バスの中から外をみていたら、紅葉が落ちるところでした。鮮やかな色につつまれた紅葉の季節が一瞬のように散る感じでした。人間の人生も同じですかね…ある意味、過去を振り返ってみても一瞬のように感じますし、宇宙の138億年の長い歴史からみても人間の人生は一瞬にも至らないかもしれません。

私たちは、この一瞬の時間に生きているかも知れません。この一瞬が重なって一人の人生になっているかも知れませんし、また、この一瞬は、どんどん過去に流されています。そう考えると、私たちが生きているこの一瞬って、本当に大事な気がします。私たちがこうやって出会ったこともそれなりの意味があるかも知れません。だからこそ、皆さんとのこの一瞬の時間を大事にしていきたいと思えます。

実存主義者ロロ・メイ (Rollymay) が言っていた「人の時間は、過去・現在・未来に流されるが、目標がある人の人生は、未来・現在・過去に流される」という言葉を思い出します。不透明な未来の中、今のこの一瞬を生きられるのは、未来への目標や希望があるからかも知れません。プラッツの関わりは、皆さまの人生の中の、福祉の一部分にすぎないですが、一緒に悩みながら、一緒に楽しみながら、一緒に未来への希望を持ちながら、一緒に歩いていければ嬉しいです。

— 尹 聖根 —

～来年1月からパソコン塾の予約方法が変更になります～

- ①予約開始日は前月の第1火曜日の10:00からです。
プラッツ通信にて予約開始日をお伝えしますので、必ずご確認ください。
- ②予約開始当日は電話のみの受付となります。翌日以降は来所での受付も可能です。
より多くの人にパソコン塾を利用させていただきたいと考えています。初めてのの方が利用される場合、野田先生、二宮先生の両方を予約されている方には譲って頂くこともありますので、よろしくお願いします。
予約方法の変更は来年1月(2月予約分)から変更となります。

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
 <<相談TEL>> 042-359-2440
 <<HP>> <http://harakaranoie.com/index.html>
 <<開館日>> 月・火・木・金・土・第1・3日曜
 <<休館日>> 水・第2・4・5日曜日・祝日
 <<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...

