

2017年 11月(月間予定表)

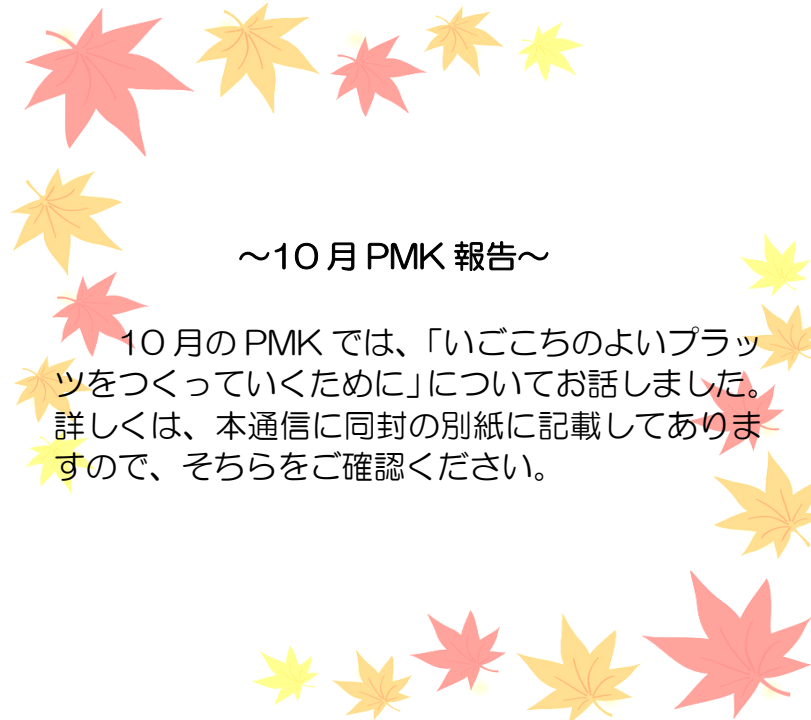


日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			休館日		休館日 (文化の日)	Wii カラオケ
5	6	7	8	9	10	11
国分寺祭り (通常開館)	フラッツ 食堂	お茶会 12月パソコン塾 申込み開始日	休館日		栄養相談	
12	13	14	15	16	17	18
休館日	フラッツ通信 投稿〆切日	臨時休館日 (フラッツ)	休館日 (泊旅行)	Wii カラオケ		
19	20	21	22	23	24	25
PC塾 野田先生	フラッツ 食堂	お茶会	休館日	休館日 (勤労感謝の日)	詰め会	わくわく 体操
26	27	28	29	30		
休館日		お茶会 PMK	休館日			

◎毎週木曜日(Wiiカラオケ、ゲスト交流会は除く)はボランティアの井上さん(30日お休み)が交流室に滞在されます。  
 ◎11月プチ韓国語はお休みです。◎野田先生PC塾は『19日』に開催します。  
 ◎11月5日、武蔵国分寺公園で開催される「国分寺祭り」に、さつき共同作業所と一緒にフラッツも参加していますので、お時間のある方はぜひお越しください(フラッツは通常通り開館)。



☆保坂さんの今月の一言☆  
 インフルエンザが流行る季節が近づいてきました。予防接種以外の予防法としては①外出時はマスクを着用し、帰宅したら手洗い・うがいをする、②時折、部屋の換気をし適度な湿度を保つといった方法があります。万が一、38度以上の発熱・筋肉痛・関節痛・頭痛等で「しんどい」と感じるようでしたら、お手持ちの解熱剤等は使用せず医師に相談しましょう。



～10月PMK報告～

10月のPMKでは、「いごちのよいフラッツをつくっていくために」についてお話をしました。詳しくは、本通信に同封の別紙に記載してありますので、そちらをご確認ください。

フラッツ食堂

十一月六日 / 十一月二十日

十一月食堂メニューは未定

当日お知らせします、お楽しみに♪

➤フラッツ旅行➤  
 日時：11月14日(火)～15日(水)  
 集合：8：45 フラッツ交流室  
 最終ミーティング：11月7日(火) 15：15～  
 参加費：15,000円(11月7日まで)  
 ご参加される方々は、当時の集合時間にお間違えないようお願い致します。

～お知らせ～  
 I) 11月9日(火)10時より、支援センターあさやけの方がフラッツの見学に来所されます。交流室を見学する為、10時から一時間前後の時間帯は交流室が賑わいますのでご了承ください。  
 II) 14日(火)はフラッツ旅行の為、臨時閉館となりますのでご了承ください。  
 III) 11月のPMKは「28日」開催になります。

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
- ◇ 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「フラッツ通信詰めちゃおうぜ会」
- ◇ わくわく体操 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。
- ◇ PlatzEntertainment 14：00～ 不定期開催(開催日程等、通信にてお知らせ)
- ★パソコン塾 (前月最初の火曜10：00より受付)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)



## 「秋」

こんにちは！プラッツの小野寺です。日に日に秋が深まる季節となりましたが、みなさんどのようにお過ごしでしょうか。10月は雨の日が多かったため、お家の中でゆっくり過ごされた方も多くいらっしゃるのではないのでしょうか？

11月と言えば、紅葉がきれいに色づき、外に出かけるのが楽しみになる季節だったり。また、読書の秋ならぬ様々な本を読もうかな～という気持ちができたり？秋ならではの、美味しいものがたくさん食べられたりと、盛りだくさんな季節ですね。その中でも、今回は11月にある祝日の『文化の日』についてお話ししようと思います。

11月の祝日と言えば、勤労感謝の日・文化の日があります。『文化の日』とは、1948年(昭和23年)に祝日法により「自由と平和を愛し、文化をすすめる」ことを趣旨として制定された国民の祝日です。

11月3日という日付は、日本国憲法が公布された日であり、日本国憲法が平和と文化を重視していることから『文化の日』と定められたそうです。それ以前も、明治天皇の誕生日による休日「明治節」とされていました。

そんな経緯の『文化の日』ですが、「自由と平和を愛し、文化をすすめる」という日であることから、文化に関係する施設や博物館等では、無料で入場できる施設があります！例えば、上野にある国立科学博物館や国立西洋美術館の入館料が無料になるそうです。

その他にも、全国各地で文化の日ならではのイベントを行っている場所があります。また、皇居では文化を称える行事として、文化勲章の親授式が行われるのも有名ですね。

今回の巻頭文を書くことをきっかけに『文化の日』や秋について、色々調べました。またひとつ、秋について詳しくなったなと感じます。これからもまだまだ、秋の魅力について学び、みんなで味わって行けたらなと思います。

そんな私のように色々調べてみたり、お散歩するでもよいですし、本を読むでもよいのではないかなと思います。

みなさんも『文化の日』をきっかけに、秋の魅力にふれてみるのはいかがでしょうか？(^^)

地域生活支援センタープラッツ ～小野寺 倫子～

社会福祉法人はらからの家福社会

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(午後7時)

《来所・電話相談》 10時～19時(午後7時)

- ・くねくねの 地面のにおい してきてる
- ・ ー匹とんで ー匹とんで
- ・ 喫茶店 時間つぶしに コーヒーを 一時間半
- ・ 長過ぎるかな 果物を 食べてはいつも 思うのが
- ・ やはり一番 リンゴが好きだ
- ・ ペンネーム

白川 千里

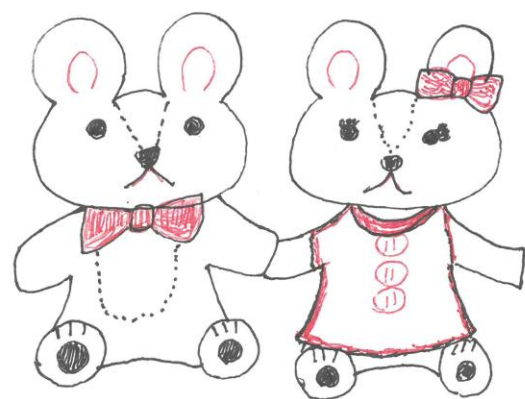
- ・ 十三夜の いざよい のこるわが身の のこす日の のこす●●よ 世の身はうれし

- ・ このわがみ こんど会えば この前の 心つたえて このばの別れ

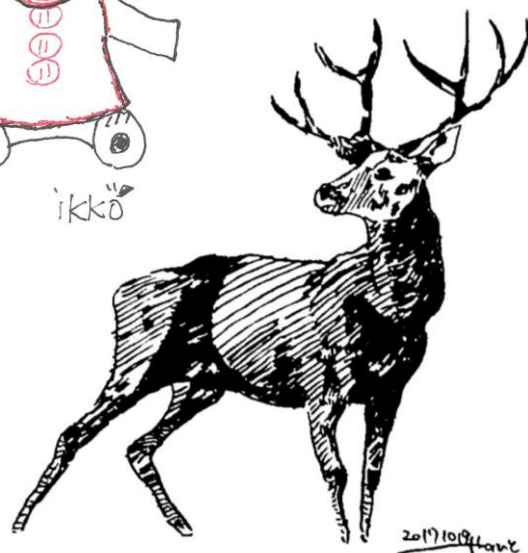
ペンネーム とういち

- ・ 君がため 熟睡のサプリ お誕生日に 吾は捧ぐる 九月の佳き日
- ・ 歌わしめよ 心のままに 君に捧げる
- ・ 手を取りて 歩む街並 今のはや 温めていた 想いを込めて

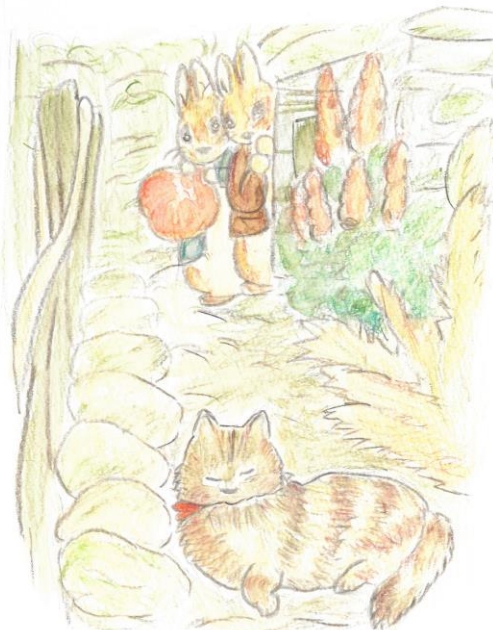
ペンネーム ローズマリー



ikkō



2017/10/14



ペンネーム Little Cony

投稿コーナー