



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	プラッツ 食堂	お茶会 6月パソコン塾申 込み開始日	休館日 (憲法記念日)	休館日 (みどりの日)	休館日 (こどもの日)	Wii カラオケ
7	8	9	10	11	12	13
		お茶会 PMK	休館日	Wii カラオケ	栄養相談 交流室 17:00閉館	
14	15	16	17	18	19	20
休館日	プラッツ 食堂	お茶会 プチ韓国語	休館日		プラッツ通信 投稿×切日	
21	22	23	24	25	26	27
PC塾 野田先生		お茶会	休館日	詰め会		わくわく 体操
28	29	30	31			
休館日		お茶会	休館日			

◎毎週木曜日（Wii カラオケは除く）はボランティアの井上さん、毎週金曜日はボランティアの河野（こうの）さん(5/26 休)が交流室に滞在されます。

◎今月から第2火曜日がお茶会・PMK、第3火曜日がプチ韓国語です。

◎4月は野田先生PC塾（21日）のみとなります。

☆保坂さんの今月の一言☆

最近気温の上下が激しく身体の調子を整えるのが大変ですね。又、気温が高いと食品の管理にも気を遣わなければならなくなります。お弁当を召し上がることも有ると思いますが消費期限にご注意を！自炊をされる方は食べきれなかった料理の保管には十分お気を付けてください。



～4月18日PMK報告～

*プラッツゆるキャラ作成→検討・ご意見募集
*お茶会にて冷茶の用意→順次ご用意します。
*いごちのよいプラッツをつくっていく為に
その場で「やめて」が言えない人が要る・癒し
の場としての機能・本人がいないところでの悪
意に基づく噂話をしない等のご意見がまし
た。→継続検討・ご意見募集

*お手洗い内の音
お手洗い内で事務所からの音が聞こえる。とい
うことはトイレ内からの音も聞こえているの
ではないか。→事務所には音は聞こえず。気
になる方は、音姫をご利用ください。

*トイレにウォッシュレット設置→検討

「※平成29年度登録更新のお知らせ※」

平成28年度登録メンバーを対象に、4月～6
月に登録更新を行います。利用継続を希望される
方は必ずお受けください。更新は随時受け付けま
す。ご都合の良い日にプラッツに直接お越しくだ
さい。更新の際には、①4月号同封の平成29年
度更新用紙、②年会費1,200円をお持ち下さい。

「5月12日（金）閉館時間変更のお知らせ」

多摩立川保健所圏域ネットワーク会議開催に伴い、
17:00に交流室を閉館させていただきます。
電話相談は通常通り19:00までご利用頂けます。
ご協力よろしくお願い致します。

「国障連バスハイク：5/27(土)」

本通信発行時点で、申込期間が終了してしまっ
ていたため、交流室での掲示にて募集させていた
だきました。申し訳ございませんでした。

- | | | | |
|-------|--------|-------------------|-----------|
| 五月一日 | フラッツ食堂 | ・牛肉とごぼうのませじょはん | ・みそ汁 |
| 五月十五日 | | ・みそ汁 | ・高野豆腐の煮つけ |
| | | ・ひじきときくらげの煮物 | |
| | | ・きゅうりとわかめとしらすの酢の物 | |
| | | ・フルーツゼリー | |
| | | ・みそ汁 | |
| | | ・ごはん | |
| | | ・フルーツゼリー | |



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。
- ★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)

プラッツ通信

2017年4月27日(木) 発行第202号

5月

みなさん、初めまして。4月よりプラッツの職員になりました小野寺倫子と言います。倫子と

書いて「りんこ」ではなく、「ともこ」と読みます。3月に大学を卒業した新卒です。

中学生の頃は、水泳部に入部して毎日数キロ泳いでいました。大学時代にはこれといったサークル活動への参加はありませんでしたが、色々なアルバイトをしたりと過ごしていました。

趣味としましては、美味しいものを食べることです。お祭りのようなたくさんの方が集まるイベントに行くのも大好きです。昔から、ワイワイみんなで話をして楽しむことを生きがいとしています。プラッツでも、皆さんと色々なお話しができることを楽しみにしています。

これから様々な活動を通して、皆さんの事を知ってみたいです。また、私の事も知ってほしいと思っています。そうして、色々な思い出を作っていきます。右も左もわからず、いろいろご面倒をおかけすることも多くあると思いますが、これからどうぞよろしくお願いいたします。

地域生活支援センタープラッツ
小野寺 倫子

- ・買物が好きな私はある日には 朝っぱらからわくわくおもしろい
- ・年経ても悪しき事件の多かりし 我なにもなく 過ごす楽しさ
- ・雨の日に おたカフエまで 歩いたら お花見ができ うれしいも聞く

ペンネーム 白川 千里

「お茶畑」

30代の頃静岡のお茶畑に行ったことがある 駿河の国は茶の香りとよく言ったもので実に綺麗な風景だった 伊藤園の畑が有名だがなんて美しいのだろうと感動した 一面緑と金色に輝く景色は心が爽やかになったものだよ ああ これが茶畑で全国に配られているのだと素敵な風景だ とある喫茶室 お店の方が一杯どうですか？お茶菓子もいかがですか？と摘んだばかりのお茶を丁寧に淹れてくれた その味は お茶はこんなに美味しいものなのか？と実に味わい深かった 小さなお茶菓子と温かい茶で静岡に来て良かったなと充分満足した 畑一面を見渡すと風のなか暖かな気持ちになれた これが有名な伊藤園の茶畑か といいい経験をしたと思う 普段何気なく家で飲むお茶とは全然違う たかがお茶されどお茶ということなのだとな気分も温かくなった 何より嬉しかったのは帰るときに店員さんが良かったら摘んだお茶をお土産にどうぞと渡してくれたことだ 家に到着 家族で飲んでみた これは！？と皆驚きの表情 こんなに飲んだことないよと2杯も3杯も飲んでしまった 一週間ほどでなくなってしまったがあのとときもう一度買いに行こうと思うほど美味しかった 自然が作り出し人間が丁寧に育てたものの感動は何気ないお茶にもあったということ 素晴らしい経験をしたと思う

ペンネーム 紅焰



ペンネーム Little Cony

・その昔 我が家の傍の 桜花が

狂い咲きして 話題になりぬ

・去年の秋 貧しき者の 母である

マザー・テレサが 列聖されたり

ペンネーム 森下あきお

・花見には カゼをひいて 行かれずに

家でゆっくり 休んで居たり

・四月十六日 イースターの日

讚美歌や礼拝に参加し 心穏やかなれり

・お疲れさん ドリンクという 飲み物あり

支援員さん達の 志なり ありがたく受く

ペンネーム ローズマリー

投稿コーナー

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)