

地域生活支援センター フラッツ

2013年10月(月間予定表)

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

@ : * お知らせ *

10月20日は障害者センターで行われるさんさん夢まつりに出店するため、フラッツは閉館になります。ご了承下さい。

☆今月の保坂職員の一言☆

楽しくフラッツをご利用頂くために、お互い不快に感じるような言動をつつしみましょう。又、カップ・スリッパ・ベッドを使用した場合は後で使う人のためにきちんと後始末をお願いします。

定例 「いろいろ話し合おう会」(メンバー自主企画)

日時とテーマは現時点で決まっていませんので、来月以降フラッツかつばさへお問い合わせください。



「さんさん夢まつり」

日時 10月20日(日)
10:30~14:30(雨天決行)
場所 障害者センター
今年のテーマ「音楽で作ろう地域の和」
フラッツでは缶ジュース・缶ビールの販売をする予定です。当日時間のある方は是非ご参加ください。

「フラッツ旅行」

行先 箱根
日時 11月22~23日*フラッツは休館です。
参加申込 10月8日×切
交流室ホワイトボードに名前を記入し障害者手帳をお持ちの方はフラッツ職員に手帳番号を伝えて下さい。
費用 1万5000円
「最終旅行ミーティング」
11月12日 15:30~ フラッツ交流室
旅行のしおりを配布し確認します。旅行参加者は出席願います。

「交流室・ピア協力員を考える会」

今回は1名参加されました。
「ピア」として病気についての理解を深めたいという意見から次回は「発達障害」についてプチ勉強会をする予定です。
次回10月17日(木) 16:00~フラッツ交流室

~9月17日PMK報告~

- ①国障連運動会 10月5日に行われます。締め切りが9月24日までで終了しました。
- ②PC 交流室のパソコンが新しくなりました。
- ③旅行ミーティングのお知らせ
左記参照願います。



- フラッツ食堂
- 十月七日
- ・牛肉とじほろのませいはん
 - ・みそ汁
 - ・にらたま
 - ・マカロニサラダ
 - ・フルーツ
- 十月三十一日
- ・ごはん
 - ・みそ汁
 - ・筑前煮
 - ・はんぺんのバター焼
 - ・きゅうりとわかめの酢の物
 - ・ヨーグルト

定例プログラム

- ◇ お茶会 14:00~、申込不要、無料。
- ◇ 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。
- ◇ パソコン塾 申込要(前月最初のPC塾当日10:00より受付)、無料、マンツーマンの個別指導。時間は、①13:20~②14:00~③14:40~④15:20~⑤16:00~ 各30分。
- ◇ 栄養相談 16:00~、申込要、無料。管理栄養士による個別面接。
- ◇ 農園 15:30(多少前後します)~、申込不要、無料。(1月~3月中止)
- ◇ 詰め会 14:00~、申込不要、無料。
正式名称「フラッツ通信詰めちゃおうぜ会」。
- ◇ わくわく☆フラッツ体操 14:00~、申込不要、無料。音楽に合わせて皆で体操。
- ◇ Wiiカラオケ 14:00~16:00 申込不要、無料。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~ 申込不要、無料。定番のラジオ体操第一。
- ◇ 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)

「天才の定義」

世の中才能だけで生きていけるほど甘くない
 じゃあどうすれば？と僕は考える
 エジソンが言っているだろう
 天才とは99パーセントの努力と1パーセントの才能だと
 才能という花を開かせるのは努力という水が必要なんだ
 その意味であらゆる生命は天才なのさ
 今日を生きるために食べる
 そして明日を生きるために寝る
 天才とは持って生まれた能力じゃない
 迷いなく努力出来る才能なのさ
 生きる努力は全ての生命がやっている
 食べる事 寝る事 学ぶ事 遊ぶ事
 この4つの事は誰もがやることなんだ
 そうやって世界中の生命は生きている
 それぞれの速さは違うけど基本は同じ
 生きる努力は皆やっているからね

ペンネーム 烈火

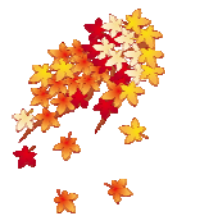
「ねこの恩返しミーティングについて」

私がピア国分寺の福祉ホームにいる時、私が中心になりジブリ映画のねこの恩返しをみながらケーキ・明太子スパゲッティを食べながらピアミーティング食事会をしたらどうかなとピアミーティングで発言をした。

この企画が成功に終わった。ミーティングでない1日に私がお鷹の道で買ってきたグレープフルーツを食べながら第2回目ミーティングをした。ピア国分寺の食事会の費用はみんなで1万円だった。その中で買い物に付きあってくれたメンバーさんがいた。ケーキ屋でケーキの生地 スパゲッティ たらこ クリーム 卵 ケーキにクリーム、牛乳、いちご、ケーキの生地 女性がスパゲッティ男性がケーキ作り 食事の配膳当番 写真係 生クリームがあるのでコーヒーウィナーは好評だったねこの恩返しの映画を見ながら食事、ケーキをピア国分寺みんなで見た。みんなピアを卒業しそれぞれの道を歩いている。みんなに写真を渡せなかったのがくいに残る 7、8年経ってから手紙をだすのも申し訳ない。ピアで参加してくれた人、本当にどうもありがとう。

ペンネーム Y, S

投稿コーナー



・夜半にかじりついて
 テレビを見たり東京オリンピックを
 一生に2回見れそうなので。
 ・岡山の田畑は群青色の空に染む
 長月の満月の夜に星光り。
 ・ボイジャーの人工衛星が太陽系外に行った。
 始めてのことだ。人類にとって
 夢は星々を駆けめぐる。

ペンネーム 海野 悠子

7. kishi karasuda

ペンネーム てまりのまりちゃん

「花火大会」

私がまだ小さかった頃みんなで府中まで花火を見に行ったことがありました。

川辺での花火それはそれはきれいでした。頭の上から星がふってくる様でつい声を出したくなるほど興奮したのを覚えています。

みんなで時間が経つのも忘れて見ていて最終のバスが出ても気付かずにいたのでした。

それで仕方なく府中から国分寺の自宅まで歩いて帰ってきました。小さかった私の事を父はおぶってくれました。父は短気で母を随分困らせた時もありましたが子供の事はかわいかったらしく私が病気になっても何も言わない優しい思いやりのある父でした

親のありがたさをつくづく感じました。お父さんありがとう

プラッツ通信

2013年9月26日(木) 発行第159号

10月

「秋の香り」

今年も、もう10月になりますね～
 今年も、温暖化のせいか、暑い日が続く、やっと、秋めいてきてるような気がします。

特に、朝は、典型的な秋の天気を感じられるようになりました。

道に、きれいに染まった葉っぱから、秋の香りが感じられるようです。

春に咲く花からはそれぞれの花にふさわしい香りがするのなら、秋には、秋に染まった葉っぱから、その色や模様に関係なく同じ香りがします^^



秋には、それにふさわしい香りがあります。

しかし、私たちが、変わらない毎日が繰り返され疲れていく中、この香りを感じられなくなったのではないかと思います。

今日は、ゆっくり息を吸って、一緒に10月の香りを感じてみるのはいかがでしょうか？
 今が、皆様にとって、もっとも香ばしい時間になるのを願ってやまないです^^!

PS: 10月に入ると気温がどんどん下がるそうです。日頃の気温の差が激しい月ですので、お体にお気をつけくださいませ。m (_ . _) m



— 尹 聖根 —

喫煙は所定の
場所です...



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