

地域生活支援センター フラッツ

2015年11月(月間予定表)



日	月	火	水	木	金	土
1 国分寺まつり 閉館日	2 フラッツ 食堂	3 文化の日 休館日	4 休館日	5 Wii カラオケ	6	7 わくわく 体操
8 休館日 フラッツ投稿〆切	9	10 お茶会 12月パソコン 塾申込み開始日 ぶち韓国語	11 休館日	12	13 栄養相談	14 PC塾 二宮先生
15 PC塾 野田先生	16 フラッツ 食堂	17 お茶会 PMK	18 フラッツ 旅行閉館日	19 フラッツ 旅行閉館日	20	21 Wii カラオケ
22 休館日	23 勤労感謝の 日閉館日	24 お茶会	25 休館日	26 詰め会	27	28
29 休館日	30					

- ・11月1日は国分寺の為、11月18、19日はフラッツ旅行の為、フラッツは閉館となりますので、お気を付けてください。
- ・毎週木曜日（Wii カラオケを除く）にボランティアの井上さんが交流室に入られます。

☆今月の保坂さんの一言☆

朝夕冷え込むようになりました。既に風邪気味という方もいらっしゃるようですが体調管理には十分お気を付け下さいね。またセキをされている方はマスクの着用をお願いします。



「フラッツ旅行」

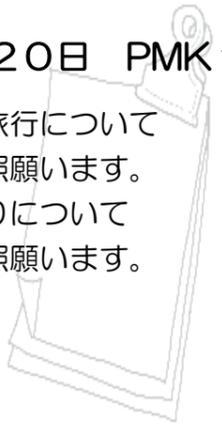
行先 浜松・三ヶ日方面
 日時 11月18・19日
 ※フラッツは閉館ですので、ご注意ください！
 費用 15,000円

「最終旅行ミーティング」

11月10日(火)15:30～ フラッツ交流室
 旅行のしおりを配布し、みなさんで確認をします。
 旅行参加者は出席をお願いします。また最終旅行ミーティングの際に旅行費用を集金しますので、忘れずに、お持ち下さい。ミーティングに参加できない方は、11月1日から費用集金いたします。
 尚、最終〆切は11月5日(木)とさせていただきます。
 ホワイトボードにご記入よろしくお願いします。
 ※所外活動の為、登録者の方に限られて頂きます。

～10月20日 PMK 報告～

- ① フラッツ旅行について
→左記参照願います。
- ② 国分寺祭りについて
→左記参照願います。



「国分寺まつり」

日時 11月1日(日)9:30～15:30 (雨天決行)
 場所 武蔵国分寺公園
 フラッツではホットク・缶ビール・缶ジュースを販売します。当日はフラッツのブースであゆみ会のアクリルたわしも一緒に販売していますので、併せてよろしくお願います。
 お手伝いして頂ける方、大歓迎ですので、時間がある方は、当日直接フラッツブースへお越しください。
 楽しい、お祭りにしましょう～♪

フラッツ食堂

十一月二日

- ・ごはん
- ・豚汁
- ・おから入りハンバーグ
- ・きんぴらごぼう
- ・コーヒージェリー
- 十一月十六日
- ・ひじきときくらげのまぜごはん
- ・みそ汁
- ・野菜の煮物
- ・だいごんのサラダ
- ・フルーツ

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

2015年10月22日(木) 発行第184号

11月



Brown

ペンネーム「Little Cony」

- ・朝夕が 冷えびえして来し 今日この頃
目覚めとともにクシャミ 鼻詰りなり
- ・インフルエンザ、 昨年姉がかかりし為
吾も今年は 予防接種を受けなむ
- ・備前焼 ふさわしき花を ささんとし
花屋で 切り花を求めたり
- ・百八円ショップにて 帽子掛、靴置き棚
トイレのペーパー入れ等 買い求め
部屋を少しでも綺麗に保てり
- ・卵焼は 吾の得意料理 塩加減など
ヘルパーさんに 教えてもらえり
- ・写メールで ごちそうを作って
人に送るといふ趣味は 私にはない。

ペンネーム 海野悠子



「平和な1日」

何にもない平和な日
もめ事もなくかといって特別幸せがあるわけでもない
こんな日もあるんだなと
日曜日は神様もお休みしている
朝起きて目覚めの珈琲を一杯
何となく煙草に火を点けて吐き出す煙と共いのんびりしている
棚に置いてあるクラシックのCDを聴いていると何となくいい気分
ちょっと外に出てみようか
風は暖かく太陽の日ざしも何となく自然に身を任せるよう
で木葉もなかなかいいな
昼ごはんもたまには外食でさっぱりした物も美味しい
午後になり延々とぶらぶらしていると犬の散歩や走り回る
子供たちがいる
こんな郊外も中々だ 明日から週初めと思うと日曜日も
貴重な1日だ
こんな1日も悪くない ゆっくり休める時間 大切なもの
だ さあ明日から頑張ろう

ペンネーム 烈火

投稿コーナー

- ・金魚の 花子ちゃんは 元気だが 毎日エサが かかせられない
- ・カラオケで歌いまくって たのしくも おもいどおりに うたえないのり
- ・梨を食べ 今年も秋の きたことが 身にしみてくる 甘味とともに
- ・夢まつり 模擬店沢山 食べ過ぎて 来年ように 反省さだか

ペンネーム 白川 千里

マイナンバー制度について

マイナンバー制度は、国民の利便性の向上、公平・公正な社会の実現、行政の効率化のための社会基盤とされています。住民票を持つすべての人に12ケタの番号が配布されるものです。10月から順次マイナンバーが記載された「通知カード」が住民票に登録されている住所に簡易書留で送付されます。(届いたという話はまだ聞いていませんのでこれから・・・)

平成28年1月から社会保障(医療・福祉・労働・年金)、税、災害対策に関する行政手続きに必要になります。(具体的には年金・自立支援医療の手続き、生活保護や福祉の給付等)マイナンバーは、**個人の情報を扱う大切な番号です。**送られてきた通知カードは大切に保管して、むやみに番号を人に伝えたり見せたりしないようにしましょう。

ピア国分寺の大規模修繕について

プラッツのある建物ピア国分寺は竣工から18年目を迎えました。社会福祉等施設設備事業により各所修繕が行われます。**工期は11月から来年2月まで**を予定しています。建物を取り囲むように足場も取り付けられます。工事用車両や作業員の出入り、作業音等で暫くは落ちつかないかもしれませんが、よろしくお願いします。

ゲスト交流会報告

こみっと職員池田さんを講師にお迎えしてコミュニケーションを学ぶゲスト交流会第2回目が10月16日開催されました。メンバー4名、ボランティア1名、スタッフ2名で、お互いの良いところを見つけて伝えたり、断り方を学んだりしました。**自分のこと、相手のことを尊重する大切さ**にあらためて気づき、心地よく近い関係性を感じた時間でした。

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・・・

