



5月のプログラム活動の報告

5月6日(木) 健康体操

コロナ以降の復活プログラムです。座位・立位の体操や、声を出してカウントしたり、曲に合わせて簡単なダンスをしました。どんどん盛り上がっていき、最後は自然にみんなで拍手!! 楽しかったあ。



5月13日(木) 女子会

テーマは「私の楽しみ」。習い事の生け花(素敵!)や、100均やコンビニ巡り(いつもスイーツ情報ありがとう)、お値打ちのもので節約し、その分で自分の好きなものを買う(いいねえ)などの話題が出ました。今回の女子会も終始賑やかでした。



5月15日(土) 企画ミーティング

企画ミーティングの在り方やプログラムへのかかわり方、利用者発の活動もしたいなど、積極的な意見を伺うことが出来ました。一部の課題は明確になりましたので、前向きに取り組んでいきます。おつかれさまでした(\*^▽^\*)



5月21日(金) 通信発送 準備

前回の参加メンバーが多く手際よく進み、予定時間より早く終了しました。梅雨の湿気で紙がしっとりして扱いやすかったこともあるかもしれません。湿度ってこんなところにも影響するんですね。経験値上がるわあ。次回もよろしくお願いします。



5月29日(土) DVD鑑賞

長年興行収入トップの座を守り続け、昨年その座を譲り渡したアニメ作品を鑑賞しました。この作品は4度目で、「そういうことだったんだ!」と今回初めて分かった点があったという感想がありました。名作は奥が深く、何度見ても初見のような感動があるんですね。



★★たあふく通信Twitter (J利用者さんのつぶやき)★★

最近お気に入りのスマホゲームがあるんですが、課金無しで手に入るアイテムで楽しんでいました(\*^~^\*)が、つい課金・・・(汗)。今後はリーズナブルに推しメン成長を試みます。  
職員より: キャラクターの成長っぷり、リーズナブルっぷりと一緒に是非かかせてくださいね!



2021年7月号

たあふく通信  
ちいきかつどうしえん  
(地域活動支援センター)



2021年6月23日発行  
第37号

この通信が届くころは、まだまだどんよりとした梅雨空を見上げることが多いことと思います。雨の日々は日照不足や災害をもたらしたり、気圧の変動なのか気持ちも沈みがちになりますよね。でも、雨は「恵み」でもあります。「水」は万物にとって必須のものだし、潤いは「女性」、いやいや、「人」にとってなくてはならないもの。かさかさの自分にはならないためにも、過剰なストレスを逃したり、湿気を潤いと読み替えてみたりしながら、物事の良い面や、良くなる面を想像して毎日楽しく過ごしていきましょう。雨が降らないと虹はかからないそうですよ(\*^~^\*)

たあふくでは、心の潤いを保っていただけるような居場所やプログラムを作ってお待ちしておりますので、雨や、来る真夏の暑さにも負けずに来所してくださいね。高温多湿に降参気味の方はお電話ください。「潤いチャージ」をお手伝いいたします!!

野口

☆☆ 4年目!! ☆☆

たあふくは、この6月より4年目を迎えています。あつという間だったのか、長かったのか、どちらにも当てはまる実感があります。開所当時から試行錯誤を繰り返し、最初は「器」を作り上げ、徐々に人と人との「繋がり」を意識した交流スペース作りや、関係各所との連携を密にして気持ちに寄り添えるような相談業務を行ってきました。コロナ禍でその歩みは遅々となりますが、皆さんと一緒にたあふくを作り上げるという目標に向けて精いっぱい頑張っていますので、今まで通りのご協力をよろしくお願いいたします。

職員一同

☆☆ たあふくに寄せられたリクエストカードの紹介 2nd ☆☆

- リクエスト①: 緊急事態宣言下だけど、散歩がしたい  
回答: 4月のお花見や6月の散歩などを企画しました。コロナ対策をしっかりと行いながら企画していきます。
  - リクエスト②: 卓球がしたい  
回答: 卓球は楽しかったですよね! コロナ情勢を考慮しながら前向きに検討いたします。
- \*いつもリクエストありがとうございます。次回は9月の通信にて。



立川市社会福祉協議会 地域活動支援センターたあふく

〒190-0013 東京都立川市富士見町2-36-47 (総合福祉センター内)

TEL: 042 (503) 9109 FAX: 042 (548) 1724

ホームページ: <http://www.tachikawa-shakyo.jp/chikatudou.html>

メール: [chikatsu@tachikawa-shakyo.jp](mailto:chikatsu@tachikawa-shakyo.jp) 開所日時 火曜日~土曜日 (9:00~18:00)

※ 祝祭日はお休みです。





# 2021年7月 日程表



日	月	火	水	木	金	土
6/27	6/28	6/29	6/30	1 たいそう 体操	2	3
やすみ ⓧ 休	やすみ ⓧ 休					
4	5	6	7 そうじ お掃除カフェ	8 じょしかい 女子会	9	10
やすみ ⓧ 休	やすみ ⓧ 休					
11	12	13	14	15	16 そうじ お掃除カフェ	17
やすみ ⓧ 休	やすみ ⓧ 休					
18	19	20	21	22 やすみ ⓧ 休	23 やすみ ⓧ 休	24 つうしんはっそうじゅんび 通信 発送 準備
やすみ ⓧ 休	やすみ ⓧ 休					
25	26	27	28	29	30	31 MOVIE DVDの時間です!
やすみ ⓧ 休	やすみ ⓧ 休					

7月31日(土) DVDの時間です!



みなさんの  
皆で楽しみましょう

時間 : 13時から (2時間程度)

活動場所 : 交流スペース

定員 : 5名程度

\*鑑賞作品は未定です

\*参加をお待ちしています

7月のプログラム申し込み開始は  
6月26日(土)からです



# プログラム案内



7月1日(木) 健康体操

楽しく体を動かしましょう

時間 14時から

活動場所 視聴覚室

定員 8名程度

\*参加をお待ちしています

7月7日(水)・7月16日(金)  
お掃除カフェ

みんなで交流スペースをお掃除しましょう

時間 7日・・・10時  
16日・・・14時から

活動場所 交流スペース

定員 5名程度

\*お掃除の後は、生活の困りごとや知りたいことについて情報交換などを話しましょう

7月8日(木) 女子会

女子だけで語り合しましょう

時間 14時から

活動場所 和室

定員 7名程度

\*参加をお待ちしています

7月24日(土) 通信発送準備

たあふく通信の発送準備をしよう

時間 13時半から15時

活動場所 調理実習室

定員 8名程度

\*都合の良い時間だけでも参加いただけます

\*プログラムは、諸般の状況により中止させていただくことがございます。