



がつ かつどう ほうこく  
8月のプログラム活動の報告

すい かいさい つうしんはつそうじゆんび ほうこく  
\*8/25 (水) 開催の通信発送準備の報告は、  
かんけいじょうかつあい  
スペースの関係上割愛させていただきました。

がつ にち すい にち きん そうじ  
8月4日(水)・20日(金) お掃除カフェ

4日は、福祉を学ぶ大学実習生を交えての開催になりました。いつも通りの丁寧な掃除を行い、カフェタイムでは、オリンピックの気になる競技を語り合いました。実習生さんも沢山話題を提供してくれました。なんだかんだあったオリンピックでしたが、暑くて熱い夏の日々になりましたね(\*^。^\*)



がつ か もく  
8月5日(木) ヨガ



マット前に名札を設置し、講師からの、〇〇さん、良いですよ!△△さん、もう少し伸ばして。などの声掛け(檄?! )で、いつも以上の一体感がありました。名前でもらうとなんか嬉しい(よね?)

がつ か ど きかく  
8月7日(土) 企画ミーティング

秋のお出かけプログラムの企画を話し合いました。やはり遠出は難しいとなり、我らの庭、昭和記念公園でサイクリングやパークトレインに乗って一周などの、今までにない案が出ました。さて、どの案が実行されるでしょうか(\*^^)v



がつ にち か じょしかい  
8月10日(火) 女子会



誰でも大好き、スイーツ談義。口頭、イラスト、メールでとバラエティに富んだコミュニケーションツールで、それぞれのお気に入りの披露してくださいました。和室だったのでみんなでごろっと横になり、安らぎのひと時も共有したよ~。

がつ にち ど たっきゅう  
8月28日(土) 卓球

本当に久しぶりの卓球をみんなでワイワイ行いました。広さや換気を気遣い、なんと交流スペース手前の通路に卓球台を設置! 広いような狭いような空間でしたが、とても盛り上がりました。大好評につき次も開催します。お楽しみにい。



★たあふく通信Twitter (元利用者さんからお便りいただきました!!) ★

立川市から転出された後でも、たあふくとは電話や通信でつながりを継続されておられました。現状を知らせるお手紙と共に、最近の活動拠点で作られたという「シトラスリボン」をたくさん送っていただきました。一歩一歩足元を固めるような活動をされていることが伺え、とても嬉しかったです。またお便りください。PS.リボンはたあふく職員全員でいただきました(\*^。^\*)

【シトラスリボンとは: コロナ感染への偏見防止を目的とした、愛媛の有志で構成された「シトラスプロジェクト」のシンボルマーク】



がつごう  
2021年10月号

つうしん  
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)



ねん がつ にちほつごう  
2021年9月24日発行  
だい ごう  
第40号

てんたか うまこ あき げんき す  
天高く馬肥ゆる…秋ですね~。みなさんお元気で過ごしてはいかがでしょうか?

か あし あき ぶん さいきん ゆうく はや つき のぼ まど そと  
駆け足で秋が深まり、最近では夕暮れが早くやってきます。うっすらと月が昇ると、たあふくの窓の外からいろいろな秋の虫たちの声が聞こえてきます。童謡「虫の声」をご存じですか?

あれ松虫が 鳴いている ちんちろ ちんちろ ちんちろりん  
あれ鈴虫も 鳴き出した りんりんりんりん りんりんりん~ (^^)

まさに、そんな感じの見事な虫たちのセッション! なかなかのアーティストぶりです。

あき そら す わた どくしょ けいじゆつ なに かいてき きせつ しょくよく  
秋の空は澄み渡り、スポーツ、読書、芸術などなど、何をするにも快適な季節です。もちろん食欲にとっても(笑)。先月から交流スペースでは毎日、自由参加のラジオ体操を行っています。特に第一体操は、音楽が始まると世代を問わず一緒に体を動かし、参加者全員、夏休みの少年少女の顔になって楽しんでいます。

さんみつ さ せいかつ なか すてき  
三密を避け、マスクをつけての生活が長くなりましたが、みなさんにいただいたリクエストや、素敵なアイデアを少しずつ形にしながら、これからも、居心地の良いたあふくを一緒に作っていきたくて願っています。季節が移る中、みなさん、くれぐれもご自愛ください。基 (↓利用者さんのイラストです)



★企画ミーティングについて★

ふていき かいさい はな あ けつてい ことがら じつごう なに きかく  
不定期で開催していますが、どんな話し合いをしているの? 決定した事柄は実行したの? そもそも何を企画するの? などの問い合わせがあり、たあふくからの報告が少なかったことを反省しました。これからは紙面にて報告させていただくことにいたしましたので、一読いただき、ご意見・ご要望をお知らせください。

つうしんどうふう ほうこくしょ ころりゅう は だ し  
\*たあふく通信同封の報告書・交流スペース貼り出しなどでお知らせします。



★職員退職のお知らせ★

がつまつ しょくいん たみちとあや たいしよく さくねん がつ にゅうしょく ねんほん あいだ せわ  
9月末で職員の民本文が退職することになりました。昨年の4月に入職してから1年半の間、お世話になりました。

たちかわししゃかいふくしきょうぎかい ちいきかつどうしえん  
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10月 日程表



日	月	火	水	木	金	土
9/26	9/27	9/28	9/29	9/30	1	2
やすみ ⓪	やすみ ⓪					
3	4	5	6 	7 	8	9
やすみ ⓪	やすみ ⓪		お掃除カフェ	ヨガ		
10	11	12 	13	14	15 	16 
やすみ ⓪	やすみ ⓪	女子会			お掃除カフェ	お出かけ
17	18	19	20	21	22 	23 
やすみ ⓪	やすみ ⓪				通信 発送準備	(お出かけ予備日)
24/31	25	26	27	28	29	30
やすみ ⓪	やすみ ⓪					



## 秋のお出かけ企画

日時：10月16日(土) 13時集合・出発  
 \*雨天順延：10月23日(土) 13時集合・出発  
 場所：昭和記念公園  
 \*秋空の下、みんなで遊ぼう!!  
 費用：入園料 は手帳提示で無料。他実費(飲食代等)  
 \*詳細は同封のちらしをご確認ください

## ラジオ体操やってます!

午前と午後の2回、第一・第二・  
 みんなの体操など、体力気力に合  
 わせて楽しく体を動かしています  
 ので、交流スペースへ立ち寄りか  
 てら参加してみてください。



## プログラム案内



10月6日(水)・10月15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 6日・・・10時

15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



10月7日(木) ヨガ

気持ち良く体を動かそう

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



10月12日(火) 女子会

女子だけで語り合しましょう

時間 10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



10月22日(金) 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場合がございます。



10月のプログラム申し込み開始は、9月28日(火)からです