



10月のプログラム活動の報告

*10/12(火)開催の女子会の報告は、スペースの関係上割愛させていただきました。

10月6日(水)・15日(金)お掃除カフェ

15日のカフェでは参加者を巻き込み、翌日のお出かけプログラムで遊ぶ「ポッチャ」の予行演習をしました。適切な距離や投球数、それに掛かる時間などを計測し本番に備えます。ポッチャは成功したか否か? この紙面下方で紹介しています(*^。^*)



10月7日(木) ヨガ

今回の重点箇所は「臀部」。普段伸ばすことの少ない筋肉を一杯ストレッチしました。痛気持ち良かったあ。毎日実施するよう講師から宿題にされましたよ。みなさん、やっていますか〜。



10月16日(土) お出かけ (@昭和記念公園)

快晴とまではいかない天気でしたが、秋の空気を十分に感じてきました。ポッチャ対戦では、前日の予行演習に協力して下さった方々によるデモンストレーションやルールの説明後、ひとり6球×2回戦でプレイしました。途中、小学生が飛び入り参加するという嬉しい交流もあり、とーっっても楽しい時間を過ごしてきました。



10月22日(金) 通信発送準備

今回も間違いなく楽しかった! いろいろな会話が飛び交う中、ちらしや通信、封筒が各作業机間を行き来し、糊付けされた封筒がどんどん積み上げられていきました。皆さんに届く通信は楽しく、大切に作られています(*^。^*)



10月30日(土) 卓球 (臨時開催)

交流スペースで臨時開催を告知し、5名の方が集いました。卓球台の準備を始め、審判や点数番の交代もお互いに声を掛け合い行ってきました。勿論、プレイ中も楽しげな歓声で大賑わいのひとときになりました。



★★たあふく通信Twitter (O利用者さんのつぶやき)★★

昨年、たあふくのみんなで作った「アマビエ」を工夫改良し、今も作り続けています。なかなか良い評判で、各方面から「かわいい」「欲しい」と言ってもらえ、忙しく製作に勤しむ昨今です。進化した「アマビエ」で、また昨年のような製作会が出来れば嬉しいなあ。職員より：昨年のアマビエ製作の際は、講師をありがとうございました! またよろしく願います(*^。^*)



2021年12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11月20日発行
第42号

早いもので、今年も残るところあと1か月となりましたね。皆さん、今年はどうな一年でしたでしょうか?振り返ってみるのもいいものですね。私は、今年の4月からたあふくの職員に加わらせていただきましたが、特に思い出深いのは、初めてプログラムに参加させていただいた「お花見」(散歩)です。ドキドキの緊張感と、参加された皆さんからたくさん話しかけていただいた嬉しさと、桜の綺麗な景色を見て感じるウキウキ感と、いろんな感情を一気に味わえたことがとても新鮮でした。コロナの影響はまだ続くとは思いますが、こんな素敵なたあふく活動への協力をよろしく願います。

2021年はあと1か月しかない!? まだ1か月もある!? 「しかない」さんも、「もある」さんも、たあふくの通常プログラム、Xmasや年末のイベントと一緒に楽しみましょう。盛りだくさんの企画を用意してお待ちしていますので、是非ご参加ください(*^。^*)



またまた利用者さん作のイラスト。今回は「サンタクロースとトナカイ」です(*^▽^*)

★★ 年末年始のたあふく開所スケジュール ★★

右記カレンダー通りとなりますので、ご確認の上、来所又はお電話をお願いします。

2021年も残りわずかとなりました。体調には十分に気を付けてお過ごしください。

日	月	火	水	木	金	土
12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24	12/25
やすみ	やすみ	やすみ	やすみ	やすみ	やすみ	やすみ
(休)	(休)	開所	開所	開所	開所	開所
12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31	1/1
やすみ	やすみ	開所	やすみ	やすみ	開所	やすみ
(休)	(休)	開所	(休)	(休)	開所	(休)
1/2	1/3	1/4	1/5	1/6	1/7	1/8
やすみ	やすみ	開所	開所	開所	開所	開所
(休)	(休)	開所	開所	開所	開所	開所

立ちかわししゃいふくしきょうざい 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 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12月 日程表



日	月	火	水	木	金	土
11/28	11/29	11/30	1 お掃除カフェ	2 ヨガ	3	4
5 やすみ ⓧ	6 やすみ ⓧ	7	8	9	10	11 Xmasイベント がいしゅつ 外出
12 やすみ ⓧ	13 やすみ ⓧ	14 じょしかい 女子会	15	16	17 お掃除カフェ	18 つうしんはっそうじゅんぴ 通信 発送準備
19 やすみ ⓧ	20 やすみ ⓧ	21	22	23	24	25 Xmasイベント じょうえいかい DVD上映会
26 やすみ ⓧ	27 やすみ ⓧ	28	29 やすみ ⓧ	30 やすみ ⓧ	31 ねんまつ 年末イベント ねんまつかい 年末会	1/1 やすみ ⓧ
1/2 やすみ ⓧ	1/3 やすみ ⓧ	1/4 かいしよ 開所	1/5 お掃除カフェ	1/6 たいさく 体操	1/7	1/8
(通常カレンダー通り)						

Xmas・年末イベント詳細は別紙お知らせ・ちらしにてご確認ください。

- 12月11日(土)・・・外出
- 12月25日(土)・・・DVD上映会
- 12月31日(金)・・・年末会

12月のプログラム申し込み開始は、11月27日(土)からです

プログラム案内



12月1日(水)・17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 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

12月2日(木) ヨガ

気持ち良く身体を動かそう

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

12月14日(火) 女子会

プリザーブドフラワーアレンジを作ります

時間 10時から

活動場所 和室

定員 5名程度

*参加をお待ちしています

12月18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場合がございます。