



5月のプログラム活動報告

*12日(金)お掃除カフェ、31日(水)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

5月11日(木)健康体操

始まる頃には雷雨となり、帰宅時の天候を気にしつつ開始されました。雷にも負けない明るい講師の声の元、それぞれ違った経験値や体力の方々が、時にはグッと張りながらも楽しく身体を動かすことができました。会場準備みんなで行き、バッチグーでした(*^。^*)



5月20日(土)通信発送準備

今回も初参加の方が活躍です。周りの進捗を確認しながら自分のすべきところをしっかりと行ってくださいました！ありがとうございました。この準備プログラムは6月が最終となり、有志の「折り折り互助会(仮称)」として特定の日に折る予定です。良かったらお手伝いくださいませ。因みに7月は19日(水)の予定です。



5月26日(金)たあふくミーティング

新型感染症が5類となったことを踏まえて、来所ルール・交流スペースの使い方・プログラムなどを確認しました。「カレーの日」が新プログラムとして登場!!!レトルトカレーを使って簡単に調理し、みんなで楽しく食べましょうという試みです。楽しみいい(*^。^*)



5月27日(土)ヨガ

常連さんと初心者さんの差が付いてきた感もありますが、初心者でも参加できるプログラムですので、安心して下さいね。今回は所々、うーんシンドいよー(涙)があった模様。。。でも大丈夫大丈夫!!!初心者歓迎(*^。^*)



5月27日(土)卓球

実力伯仲のメンバーが集まり、deuceが続く熱戦となりました。写真のスコア表でもその熱さが伝わるとおもいます。が、是非見ていただきたいのは、ドOOモン、アンOOマン、バイOOマンのイラスト!!!癒されるわあ



★★たあふく通信Twitter (F利用者さんのつぶやき)★★

交流スペース内でのランチ解禁。久しぶりのランチにワクワクしながら、注文したお弁当を開けると

おかずは麻婆豆腐。昨夕のおかずも麻婆豆腐。。。でした。

職員より: タイムリーな美味しいお話、いただきました(笑)



2023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)



2023年6月21日発行
第61号

早いもので2023年も下半期に入ります。そこで、2月の通信で掲げた今年の目標(人との繋がりは人生の贅沢。贅沢するよー!!)はどーした?そもそも目標を意識して過ごしていましたか?と自問自答してみました。旧知の友人とは共通の推しのコンサートに行ったり大騒ぎしたり、DVD観ながら妄想したり。新しい人との繋がりもできましたよ。こちらは大切に温め中で、焦らずじっくり成熟を待ちます(*^。^*) 出会う出来事は意識して出来るものではないのですが、その後の付き合い方や展開は自分次第だと思って過ごしています。押しもたためなら引いてみな。うーん、横へスライドしてみるか。。。って感じ。固定概念外して口角上げて、下半期も目指せ贅沢さんまあい。

もちろん「たあふく」の繋がりは私の贅沢のひとつでございますので、これからもいろいろな時間を一緒に過ごしていきたいと思っております。暑い季節になりますので、水分補給をしっかりとしながら気を付けて足をお運びください。エアコンぱっちり効かせてお待ちしています(笑) 野口



☆☆ 交流スペース利用、プログラム等 一部再開のお知らせ(抜粋) ☆☆

✓交流スペース内でランチが出来るようになりました(5/30よりテスト的に再開しています)

- 時間は12時~13時の間で、注文したお弁当や持参したお弁当を召し上がれます
- 該当時間内は、ランチ以外の利用は不可となります
- 利用には事前申し込みが必要です



✓新しいプログラム(カレーの日)を始めます

- レトルトカレーなどを利用し、極力調理手順を省いての調理をします
- 「みんなで食べる」ことを楽しむような企画になります



詳しくは、同封の「たあふく様式2023.5(お試し)」、たあふくミーティング報告書をご確認ください。不明点等ございましたら、職員までお問い合わせください。

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。



2023年7月 日程表



日	月	火	水	木	金	土
6/25	6/26	6/27	6/28	6/29	6/30	1
やすみ ⑩	やすみ ⑩					
	3	4	5	6 健康体操	7	8
やすみ ⑩	やすみ ⑩					
9	10	11	12	13	14	15 カレーの日
やすみ ⑩	やすみ ⑩					
16	17	18	19	20	21 お掃除カフェ	22
やすみ ⑩	やすみ ⑩					
23/30	24/31	25	26 女子会	27	28	29 ヨガ 卓球
やすみ ⑩	やすみ ⑩					

注) *交流スペースにてプログラムを開催している時間帯は、参加者以外は利用できません(お掃除カフェ)
*ランチ時間(12時~13時、除く土曜日)は、ランチ利用者以外は利用できません



7月のプログラム申し込み開始は6月28日(水)からです

求む、一緒に準備して下さる方

19日(水)13時頃から通信を折りますので、良かったら是非

*プログラムではないので、申し込みは不要です



プログラム案内



7月6日(木) 健康体操

楽しく身体を動かそう

時間 14:00~15:30

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21日(金) お掃除カフェ

お掃除後の楽しい時間をご一緒に

時間 14:00~15:00

活動場所 交流スペース

定員 5名程度

*参加をお待ちしています

7月29日(土) ヨガ

ゆっくり身体を動かそう

時間 10:30~12:00

活動場所 第1活動室

定員 5名程度

*参加をお待ちしています

7月15日(土) カレーの日

楽しく食べよう!

時間 11:30~13:00

活動場所 調理室

定員 10名程度

参加費 300円

*参加をお待ちしています

7月26日(水) 女子会

女子だけでいっぱい話そう

時間 14:00~15:00

活動場所 和室

定員 5名程度

*参加をお待ちしています

7月29日(土) 卓球

大に楽しもう

時間 13:30~15:00

活動場所 第1活動室

定員 6名程度

*参加をお待ちしています

*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。