



発行日：平成27年9月28日 Vol. 167号



10月「無理なく運動」

南魚沼市の公園で運動をしよう！

10月の無理なく運動は、みなみうおぬま相談支援センターの利用者さんと交流会を兼ねて運動します。晴れたら、公園で紅葉を見ながらお昼を食べ、散歩・バトミントンなどをしませんか？

(雨天の場合は、屋内でお昼とレクリエーションを行います。)

- 期 日：10月28日(水)
- 場 所：みなみうおぬま相談支援センター
- 定 員：7名 ■交通手段：支援センターワゴン車
- 申込締切：10月20日(火)
- 持ち物：お弁当、飲み物、ティッシュ、ハンカチ、敷物(ある方のみ)



11:00 出発 14:30 帰所予定

10月のグループ活動

《グループ活動は、「皆さんのやりたいこと」を「皆さんで話し合い」、「皆さんで協力して楽しむ」活動です》

グループミーティングで話し合った結果、今月のグループ活動は・・・

「散策しよぜの in ナカゴ」です！

紅葉はまだ早いですが、秋を見つけに行きませんか？
散歩などで秋空の下でゆっくり過ごしましょう。皆さんの参加をお待ちしています。



- 期 日：10月14日(水) 11:45 センター出発
14:30 センター到着予定
 - 場 所：ナカゴグリーンパーク(川西)
 - 定 員：7名 ■交通手段：支援センターワゴン車
 - 申込締切：10月8日(木)
 - 持ち物：お弁当、飲み物、敷物(ある方のみ)
- ※雨天の場合は、センター活動室にて「輪投げ」「ペットボトルボーリング」などを予定しています。

次回のグループミーティングは、10月19日(月)午前11時に開催します。このミーティングで「11月のグループ活動」を決めますので、たくさんの意見を出し合い、楽しいグループ活動を計画しましょう。

【9月のグループ活動報告】

9月14日(月)にグループ活動で「大地の芸術祭鑑賞として松代農舞台に行ってきました。パスポート持っている参加者もあり、「すごい!」「かわいいね♡」「はじめて見た!」などと話しながら世界の芸術を満喫してきました。



自主グループ活動

「ハッピートーク」開催!

- 期 日：10月21日(水) 午前10:00～
- 場 所：支援センター「活動室」
- テーマ：食欲の秋について
♪秋においしいもの ♪スタミナのつくもの ♪栄養のあるもの etc



※ハッピートークは「人の話を聞く」「自分の話を簡潔に話す」などの練習の場です。
毎回テーマが違いますので、自分に合ったハッピートークに参加しましょう。

お知らせコーナー

★“エンゼル祭”開催日決定!

- 開催日：11月22日(日曜日)

【テーマ】利用者による利用者のための地域へのつながり

【タイトル】2015エンゼル祭 ～つながろう!地域参加の輪と絆～

今年のテーマは、利用者の自主的参加と自主活動の推進を目的に、利用者による手作り文化祭にしたいと考えています。詳しくは、自主クラフト活動(毎週木曜日開催)の中でお知らせします。

- 作品募集：1人3点まで出品可能です(絵画、絵手紙、手芸、等々)。
- 作品提出期限：11月16日(月) ※作品はセンターに持参



★防災勉強会の開催

センターの秋の消防訓練は諸事情により実施しませんが、防災について基礎的な勉強会を計画しました。元消防士のセンター長が楽しく、ためになる内容を計画しますので、皆さん大勢の参加をお持ちしています。

【期日】10月29日(木) 午前10:00～(1時間半程度)
(場所：支援センター「活動室」、講師：山田センター長)

- 【内容】第1部 勉強会(災害にそなえての基礎知識)
- 第2部 防災映画(DVDスクリーン上映)



10月 行事予定表



日	月	火	水	木	金	土
*	*	*	*	1	2	3
【閉所日】				自主クラフト活動 13:30～	★日帰り旅行(新潟市)	8:45集合 9:00出発
4	5	6	7	8	9	10
【閉所日】		★イモ掘り(クラフト活動) 13:30～(予備日8日)	たんぽぽの家と昂の会交流会	●自主クラフト活動 13:30～ ●職員研修会 [15:30閉所]	昼食会「チキンカレー」	●健康相談 ●カラオケ 13:00～
11	12	13	14	15	16	17
【閉所日】	●体育の日 [16:00閉所] 味菜の会 13:30～	クラフト活動 13:30～	●絵手紙教室 10:00～ ●グループ活動「ナゴカグリーンパーク(川西)」	自主クラフト活動 13:30～		健康相談
18	19	20	21	22	23	24
【閉所日】	●グループミーティング 11:00～	●パソコン教室 10:00～ ●クラフト活動 13:30～	●ハッピートーク 10:00～ ●なごみセンター 14:00頃 ●職員会議 [15:30閉所]	●自主クラフト活動 13:30～	昼食会「牛玉丼」	●健康相談 ●カラオケ 13:00～
25	26	27	28	29	30	31
【閉所日】		クラフト活動 13:30～	無理なく運動	●防災勉強会 10:00～ ●自主クラフト活動 13:30～		

★夜間の電話相談のお取り扱い(こまったことが起きたら)★

- 翌日以降(9:00～17:30)でも大丈夫な(間に合う)場合は、その時まで待つ。
□「待てない!直ぐ解決したい!」または「緊急事態だ!」
□そのような時は、センターに電話をして下さい。
- 夜間等の電話は、特に緊急性がないと判断した場合は、議事時間を必要最小限としています。皆様のご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。



社会福祉法人 妻有福祉会

障がい者地域生活支援センターエンゼル妻有

〒948-0082 十日町市本町2丁目333番地1

TEL 025 (750) 7180 FAX 025 (750) 7188