



令和4年3月 バタバタ新聞 第269号



【発行】バタバタ新聞編集部

社会福祉法人上越つくしの里医療福祉協会
地域生活支援センターこまくさ
(地域活動支援センター事業・相談支援事業)
〒941-0057
糸魚川市南寺町1-1-6
糸魚川市こころの総合ケアセンター2階
TEL/FAX: 025(553)2318
URL: <https://tsukushinosato.com>

月末の大雪から一転、少しずつ暖かさを感じる季節となり、気持ちもウキウキしてきますね。
季節の変わり目でもありますので体調管理に注意してお過ごしください。

パッククッキングでオムライスを作りました!

2月17日(木)は、9月にも行った耐熱ポリ袋を使用した簡単調理『パッククッキング』と防災についての学習会を行いました。
今回のメニューは、かぼちゃのスープ・デザートはチョコレートクランチでした♪
参加したみなさんからは「簡単でおいしかった!」「災害時でもデザート付きの料理が食べられたら元気になれるそう!」などの感想をいただきました。
防災についての学習会では、もしもの時の備えとして、食品の備蓄方法『ローリングストック』と市役所でも配布している『ヘルプカード』について学習しました。今後も『パッククッキング』&防災学習会を定期的に行い、みんなで一緒にもしもの時の備えをしていきましょう。
『パッククッキング』で作ってみたいメニューがありましたら是非、リクエストください。お待ちしております♪



上越つくしの里医療福祉協会・公式ホームページとSNSのご案内



ホームページ



フェイスブック



インスタグラム

インターネットのホームページやSNS(フェイスブック、インスタグラム)でも各事業所の紹介、日々の活動の様子バタバタ新聞も御覧いただけます。



こころのバリアフリートーク開催

【トークテーマ】「今の暮らし、これからの暮らし。」

【内容】身体障がいのある方の「暮らし」についてお話を伺い、さらに住みよい街について考えます。

【開催日時】3月11日(金)18:00~19:30 【場所】駅北広場キターレ(糸魚川市大町2-2-19)

【お申し込み】支援センターこまくさ TEL553-2318 ※感染症対策の為事前申し込みが必要です。

- ・相談・余暇活動（支援センターこまくさ）
- ・手作りお菓子ふくふく・パン販売（好望こまくさ・ひまわり作業所）

2022年（令和4年）
3月予定

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
			・自立支援協議会運営会議	・相談員連絡会議	支援センター 12時～休 ・職員研修	・卓球 9:00～11:00 ・お茶会 10:00～11:00
6	7	8	9	10	11	12
お休み	・支援センター余暇活動 休み	・パン販売 ・世話人M	・絵手紙 10:00～ ・相談支援会議研修会	・スポーツ 10:00～ ・センターさくらによる就 労相談室 (事前申込制)	支援センター 12時～休 ・GHスタッフM ・支援M・こころのバリ アフリートーク	・カラオケ 10:00～12:00
13	14	15	16	17	18	19
お休み	・支援センター余暇活動 休み			・リラックリ 10:00～13:00 「書道アートと 春のお楽しみランチ」	・相談員連絡会議	・卓球 9:00～11:00 ・発達サロン 10:00～
20	21	22	23	24	25	26
お休み	春分の日 お休み	・お菓子販売	・絵手紙 10:00～	・スポーツ 10:00～		・映画9:30～ ・さをり織り 13:00～15:30
27	28	29	30	31	<div style="border: 2px solid green; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;"> リラックリ・カラオケの 申し込みは3月4日(金) 9時～スタートです。 </div>	
お休み	・支援センター余暇活動 休み			・スポーツ 10:00～		

・カレンダーの上段は利用者の方が参加可能な行事です。下段は施設の動きや関連事業・会議などを掲載しています。

★パン販売（糸魚川地域）手作りお菓子ふくふく：好望こまくさ TEL 553-2316

★パン販売（青海地域）ひまわり作業所 TEL 562-1256



3月リラックリ CLUB お誘い

『書道アートと春のお楽しみランチ』

好きな文字や絵を筆と墨で描きましょう！

前半の書道だけの参加、後半のランチだけの参加もOKです。

【開催日】3月17日（木）（10時～書道、12時～ランチ）

【ランチ代】500円

【申込み期間】3月4日（金）～15日（火）



カラオケサークル

【開催日時】3月12日（土）10:00～

【定員】6名 【参加費】無料

映画サークル

【開催日時】3月26日（土）

9:30～12:00

【観賞作品】リクエスト作品

『ハリーポッターと賢者の石』（2001年）

大人気シリーズの1作目です。