



バタバタ新聞 第283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

<https://tsukushinosato.com>



新緑が眩しい季節となりました。今年のゴールデンウィークは皆様どのようにお過ごしでしょうか？
朝晩と冷え込む日もありますのでお体には気を付けてお過ごしください。

高田城址公園観桜会へ

4月5日(水)高田城址公園へ行ってきました。今年は満開の桜の下、みんなで一緒にお弁当をいただきました。
その後はグループで屋台や公園内を散策。あっという間の2時間でしたが、参加者からは「桜の花びらが舞い綺麗だった」
「仲間と過ごせて良かった」「りんご飴の屋台があったよ」とみなさん笑顔で感想が聞かれました。



5月の行事のお誘い(参加ご希望の方はご予約をお願いいたします)

5月13日(土) リラックリ「美山公園でデイキャンプ」

「アクトキッズ」の皆さんとクラフト体験と出来立てホヤホヤ・ランチを一緒に楽しみましょう

【内容】公園内の散策・クラフト体験(ドリームキャッチャー作り)

ランチ(「アクトキッズ」の方が焚火で調理をしてくれます。)

メニュー:コロッケサンド、スープ、温野菜

【時間】9:15 こまくさ集合~14:00頃こまくさ着解散(移動は公用車です。)

【申込み締め切り】5月11日(木)まで 【参加費】500円

【持ち物】参加費、ハンカチ、ティッシュ、飲み物、くすりなど各自必要なもの

【当日の服装】散策しますので歩きやすい服装・靴でご参加ください。



ドリームキャッチャーとは枕元に飾り、悪い夢から守ってくれるアメリカ原住民の魔除け



絆 With ピア・出張「お茶べり会」 5月27日(土)13:30~15:30

交流

上越市を中心に活動しているピアサポートグループ「絆 With ピア」の「お茶べり会」をこまくさで開催します。
「ピアサポートにご興味のある方」「精神疾患を抱えた仲間同士の交流をお求めの方」「楽しく会話したい方」など是非この機会にピアサポート体験をしてみませんか？
【参加費】無料【申し込み締め切り】5月26日(金)
【参加条件】
・ピアサポートに興味のある方
・仲間づくりに興味のある方

第1回 障がいのある方の当事者サロン 5月20日(土)10:00~11:30

勉強会

SSTを活用し人間関係やコミュニケーションに関わる「技能」「技術」の向上を図りましょう。

【内容】自己紹介、SSTの説明、希望するテーマの確認
グループの名前決め

【対象者】地域生活支援センターこまくさの登録者
障がいがある当事者・支援者

【参加費】無料【申し込み締め切り】5月16日(火)

※勉強会の後はお弁当を一緒に食べましょう。

(ご希望者のみ)しゃもじやひらり 日替わり弁当 650円

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 憲法記念日 お休み	4 みどりの日 お休み 	5 こどもの日 お休み 	6 ・お茶会10:00～ ・手芸クラブ 13:00～
7 お休み	8 ・支援センター余暇活動 休み	9 ・パン販売 ・手芸クラブ 14:00～ ・世話人M	10 ・経営会議	11 ・相談員連絡会議	12 支援センター 12時～休館 ・支援M ・GHSM	13 ・リラックリ
14 お休み	15 ・支援センター余暇活動 休み	16	17 ・絵手紙 10:00～	18	19 ・パソコン教室	20 ・当事者サロン 10:00～ ・手芸クラブ 13:00～
21 お休み	22 ・支援センター余暇活動 休み	23 ・お菓子販売 ・手芸クラブ 14:00～	24 ・経営会議	25	26	27 ・パソコン教室 9:00～ ・カラオケ10:00～ ・絆withピア様 13:30～
28 お休み	29 ・支援センター余暇活動 休み	30	31 ・絵手紙 10:00～	リラックリ、当事者サロン、お茶べり会 パソコン教室、さをり織のご予約は 5月2日から受付スタート		

・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

カラオケ (今月は自由参加です。)

【日時】5月27日(土)10時～

【参加費】無料



さをり織り (予約制)

おひとり様2時間

予約の際、ご希望の日時をお伝えください。

【参加費】無料

手芸クラブ (自由参加です♪)

ボランティアの方々と一緒に楽しく交流しながら
手芸(あみもの、ぬいものなど)をしませんか?
習いたい方も大歓迎です!

【5月の予定】6(土)20(土)どちらも13時～15時
9(火)、23(火)どちらも14時～16時

パソコン教室 (予約制)

ボランティア講師の方がマンツーマンで対応します。
初心者の方大歓迎です!

【5月の予定】19(金)27(土)9時～12時

