

# 令和5年12月 バタバタ新聞 第290号

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2F  
TEL/FAX : 025 (553) 2318  
<https://tsukushinosato.com>



地域生活支援センターこまくさは、障がいのある方が地域でいきいきと生活を送ることができるよう、日中の居場所の提供や余暇支援、地域との交流、啓発活動等を行っています。

## あけぼの★こまくさ合同運動会



11月17日(金)は青海ふれあい会館であけぼの作業所と合同で運動会を行いました。赤白に分かれ玉入れやパン釣り競争など全5種目を楽しみながら競いました。結果は、赤組優勝。赤組にはメンバー手作りのメダル贈呈、参加者全員に景品をお渡ししました。

## 秋のお出かけin上越

10月26日(木)は秋晴れの中、上越市へ。マクドナルドでの昼食、その後、上越市立水族博物館「うみがたり」でハロウィン仕様のイルカショーをメインに館内の生き物たちを鑑賞しました。参加者の中には久しぶりに上越市に行かれた方や、マクドナルドは初めてという方もおり、思い思いに、お出かけを楽しめました。



★12月行事のお誘い★活動参加の場合は利用登録が必要です。(アコースティックライブは除く)

## こまくさ クリスマス会 12月23日(土)

前半 10時~11時15分

### 『アコースティックライブ』

【出演】白嶺高校軽音楽部、関澤 圭

【参加費】無料

【場所】こころの総合ケアセンター1Fロビー



後半 11時45分~13時30分

### 予約制『クリスマスランチ&お楽しみ会』

【参加費】800円(食事・景品代)

【定員】15名



前半はどなたでもご参加いただけます。後半のみ申込みが必要です。【締め切り】12月20日(水)

## ★忘年会★カラオケ&カレーの日

【日時】12月28日(木)

(前半)カラオケ9時~11時(後半)カレーの日11時45分  
(カラオケだけ、カレーだけの参加も可)

【カレー代】300円(おかわり100円)【締め切り】12月26日(火)

## 妙高市の地活ほっと妙高との交流会

【日時】12月6日(水)10時40分~


【申し込み不要】

お気軽にご参加ください♪

2023年12月 地域生活支援センターこまくさ（余暇活動の場）スケジュール  
 【開所時間】午前9時～午後5時 【休所日】日、月、祝日、年末年始 12/30（土）～1/3（水）

日	月	火	水	木	金	土
(お知らせ)・行事の申し込みは 11/30 日(木)から受付いたします。 ・12/1(金)は職員会議の為 12 時閉館です。 ・新年は 1/4(木)9時から開所します。					1 支援センター 12時～休	2 ・卓球 ・パソコン教室 ・お茶会
3 休館日	4 休館日	5	6 ・交流会	7	8	9 ・カラオケ
10 休館日	11 休館日	12 ・パソコン教室 ・手芸クラブ	13 ・絵手紙	14	15	16 ・映画
17 休館日	18 休館日	19	20	21	22	23 ・リラックリ (クリスマス会)
24 休館日	25 休館日	26 ・手芸クラブ	27 ・絵手紙	28 ・カラオケ ・カレーの日	29 ・大掃除 (希望者のみ)	30 休館日
						31 休館日

・サークルのご案内（参加費無料・予約不要）🌸詳細はスタッフまでお問い合わせください。

<b>カラオケ</b> 12月9日(土)10時～12時	<b>絵手紙</b> ①12月13日(水) ②12月27日(水) どちらも9時～	<b>卓球</b> 12月2日(土)9時～11時
<b>映画</b> 12月16日(土)10時～12時 【観賞作品】劇場版「TOKYO MER 走る緊急救命室」 鈴木亮平・中条あやみ出演 救命救急チーム「TOKYO MER」の活躍を描く医療ドラマ	<b>手芸クラブ</b> ボランティア講師の方と一緒に楽しくおしゃべりしながら手芸 (編み物や縫物等)を行っています。 ①12月12日(火) ②12月26日(火) どちらも14時～15時30分	
<b>お茶会</b> ①12月2日(土)10時～11時		

・ご予約が必要な活動（参加費無料）

<b>さをり織</b> おひとり1回2時間貸し切りで織機をお使いいただけます。初めての方、慣れない方には職員が付き添います。ご希望日を教えてください。	<b>パソコン教室</b> ボランティア講師の方が対応します。 ①12月2日(土) ②12月12日(火) どちらも(前半)9時～10時30分(後半)10時30分～12時
---	--

第27回チャリティつくしツリーののお知らせ

つくしの里で平成9年より、障がい者の社会参加促進並びに社会貢献を目的に開催しているチャリティ活動です。今年度は「障がい者の就労支援と地域生活支援及び環境整備支援の積立」「令和5年7月7日からの大雨災害義援金（石川県）」「ウクライナ人道危機救済金」「NHK 歳末たすけあいへの寄付」に充てさせていただきます。こころの総合ケアセンター1階、並びに好望こまくさにツリーとチャリティBOXを設置いたします。皆様のご協力をお待ちしております。  
 【チャリティ開催期間】11月22日(水)～12月21日(木)

