

令和5年11月 バタバタ新聞 第289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。

啓発活動・バリアフリー講座



10月12日(木)、13日(金)の2日間にわたり糸魚川白嶺高校、健康福祉系列の授業の一環で「聴覚障がいについて」出前講座を行いました。講座では当事者からの体験談や、グループワーク等を通じて障がいについての学びを深めていただきました。

ミサンガ作り



インドネシアの雑貨等を扱う Blue bari のオーナー様を講師に迎え、色とりどりの毛糸を用いて自分好みのミサンガを一緒につくりました。参加者からは「作りはじめは難しかったけど、慣れたら楽しく作れた」「大切に使います」等の感想が聞かれました。

11月の行事のお誘い ★活動参加の場合は利用登録が必要です★

11月のリラックリ CLUB のお誘い

青海の『あけぼの作業所』主催の運動会へ一緒に参加してスポーツの秋を楽しみましょう♪

【開催日時】 11月17日(金)

10時~12時30分

【集合場所：時間】センターこまくさ 2F 9時20分
(その後公用車であけぼの作業所へ移動)

【募集人数】6名 【参加費】300円(景品代含む)

【昼食弁当代】(3つのサイズからお選びください。)

小 420円 中 450円 大 500円

【持ち物】ハンカチやタオル、ティッシュ、飲み物

【服装】動きやすい服装

【締め切り】11月10日(金)

★カレーの日★ 11月はシーフードカレー

【日時】11月16日(木)11:45~

【食事代】300円(おかわり100円)

【締め切り】11月14日(火)



地活交流会(上越市・妙高市・糸魚川市) in上越市・謙信公武道館

上越市・妙高市の地域活動支援センターのメンバーとレクリエーションを通じて交流しませんか?

【開催日】11月30日(木)

【集合場所：時間】センターこまくさ 1F

8時30分

【開催場所】上越市・謙信公武道館

【募集人数】6名 【昼食弁当代】800円

【持ち物】上履き、飲み物、ハンカチやタオル
薬等各自必要なもの

【当日スケジュール】

8:30 集合→8時40分 出発→9:50 謙信公武道館着

10:00~14:00 レクリエーション・昼食

14:10 出発 15:30 分頃センターこまくさ着

【締め切り】11月21日(火)

2023年11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

【開館時間】 午前9時～午後5時 【休館日】 日、月、祝日、年末年始

臨時休館のお知らせ 11月18日(土) 職員会議の為休館いたします。

日	月	火	水	木	金	土
・行事の申し込みは 11/1日(水)～受付しております。 ・10日(金)は12時に閉館いたします。			1	2	3 文化の日 休館日	4 ・お茶会
5 休館日	6 休館日	7	8 ・絵手紙	9	10 支援センター 12時～休	11 ・卓球 ・SST交流会 ・パソコン教室
12 休館日	13 休館日	14 ・手芸クラブ	15	16 ・カレーの日	17 ・リラックリ	18 支援センター 臨時休館日
19 休館日	20 休館日	21	22 ・絵手紙	23 勤労感謝の日 休館日	24	25 ・カラオケ
26 休館日	27 休館日	28 ・手芸クラブ	29	30 ・地活交流会		

・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。

カラオケ

11月25日(土)10時～12時

卓球

11月11日(土)9時～11時

絵手紙 ①11月8日(水)

②11月22日(水)どちらも9時～

手芸クラブ ①11月14日(火) ②11月28日(火)

どちらも14時～15時30分

ボランティアの方々と一緒に会話をしながら手芸(あみもの、ぬいもの等)を一緒に楽しみませんか? 習いたい方大歓迎♪



お茶会

11月4日(土)10時～11時

テーマを決めておしゃべりしましょう。飲み物は各自でお持ちください。

・ご予約が必要な活動（参加費無料）

さをり織 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。

パソコン教室

ボランティア講師の方よりマンツーマンでパソコンの使い方等教えていただけます。

11月11日(土) (前半)9時～10時30分
(後半)10時30分～12時

人間関係やコミュニケーションについての勉強会 『SST 交流会』

【日時】 11月11日(土)10時～12時 【対象者】 コミュニケーションにお困りの方 【締め切り】 11月6日(月) (希望者のみ) 勉強会の後、お昼ごはんを一緒に食べて交流しませんか? ご希望の方は申込時お伝えください。