

# 令和6年5月 バタバタ新聞 第295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。

## ～観桜会 IN 高田城址公園～

4月2日(火)は総勢25名で上越市の高田城址公園で開催された観桜会に行ってきました。大半の桜はまだ蕾のままで少し早いお花見でしたが、過ごしやすい天候に恵まれ芝生の上での昼食、園内散策行いました。短い時間でしたが観桜会を皆さん思い思いに楽しまれていました。



★ 行事のお誘い ★ 活動参加の場合は利用登録・申し込みが必要です。

### 5月のリラックリ CLUB ホットプレートで昼食作り



みんなで協力して美味しい昼食を作りましょう！  
当日、晴天の場合は5月のさわやかな風を感じながら屋外で昼食を食べる予定です。  
【日時】5月15日(水) 10時30分～12時30分  
【参加費】300円 【メニュー】焼きそば、ミニお好み焼き、クレープ  
※エプロン・三角巾はセンターで用意します。

【申し込み締め切り】5月11日(土)

### ★ 施設からのお知らせ ★

#### 地域生活支援センターこまくさ

##### 設備利用料金変更のお知らせ

(ガス・水道・電気料金)などの値上がりの為、センターこまくさの浴室・洗濯機使用(どちらも予約制)の利用料金を令和6年5月1日より変更させていただきます。皆様にはご負担をお掛けいたしますがご理解の程宜しくお願いいたします。

【入浴】150円→180円

【シャワー浴】50円→80円

【洗濯】50円→80円 【乾燥機】50円→100円

#### 好望こまくさ・日替わり弁当(こまめし)

##### 価格変更のお知らせ

令和6年5月1日より

弁当が下記の価格となります。

・ふつう弁当・・・400円

・大もり弁当・・・450円

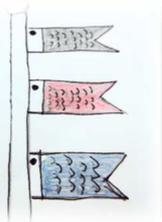
・おかずのみ・・・300円

※弁当の注文は当日9:30まで承っております。

弁当についてのお問い合わせ

【好望こまくさ】TEL025-553-2316

# 2024年5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 【休館日】日、月、祝日

(お知らせ) ・行事の申し込みは5/1(水)から受付いたします。  
 ・5/10(金)は職員会議の為12時閉館です。

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
					憲法記念日 休館日	みどりの日 休館日
5	6	7	8	9	10	11
こどもの日 休館日	振替休日 休館日				支援センター 12時～閉館	・パソコン教室 ・カラオケ
12	13	14	15	16	17	18
休館日		・手芸クラブ	・リラックリ		・パソコン教室	・カラオケ
19	20	21	22	23	24	25
休館日						・SST交流会 (勉強会)
26	27	28	29	30	31	
休館日		・手芸クラブ				

サークル・教室のご案内(参加費無料) 🌸わからないことはスタッフまでお問い合わせください。

## (自由参加の活動)

**手芸クラブ** ① 5月14日(火) ② 5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おしゃべりしながら楽しく手芸(編み物、縫物)を行っております。  
 初心者の方大歓迎♪ 編み物の道具はセンターでも貸出しています。

## (申込が必要な活動)

**カラオケ** 5月は2回開催します。  
 2回参加可能。申込時、希望の日時を必ずお伝えください。  
 ① 5月11日(土) ② 5月18日(土)  
 (前半)10時～12時 (後半)13時30分～15時30分  
 【定員】各6名

## パソコン教室

① 5月11日(土) ② 5月17日(金)  
 (前半)9時～10時30分  
 (後半)10時30分～12時  
 ボランティア講師の方がマンツーマンで指導してくれます。予約の際、希望日時をお伝えください。



## 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】5月25日(土)9時30分～11時30分  
 【対象者】コミュニケーションにお困りの方  
 【講師】高田西城病院・平澤臨床心理士  
 (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。申込み締め切り5月21日(火)

**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。ご希望の日時をお伝えください。