

令和6年8月 バタバタ新聞 298 第号

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2階
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生き生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。

夏に負けないカラダづくり

7月11日(木)は糸魚川市健康増進課の高橋さんを講師に迎え、糸魚川市のYoutubeチャンネルでも視聴できる『楽楽体操』『GEO体操』等を高橋さんより直接ご指導いただき、楽しみながら運動を行いました。普段、座って作業をされているという参加者からは「運動をしてスッキリした。家でもやりたい」と運動に対して前向きな感想が聞かれました。今後も楽しみながら運動が出来る機会を、提供していきたいです。



こころのバリアフリートーク

6月14日(金)は駅北広場キターレで『障害のある人の災害時支援』について語り合いました。当日は当事者、支援者、自治会の方々にご登壇いただき、今年1月1日に発生した震災の被災体験と、震災後、石川県輪島市に災害ボランティアとして参加した支援者の体験を参加者で共有しました。今回のトークを通じて普段からの備えの一つとして、『日頃からの地域のつながり』を持つ事の大切さをあらためて実感しました。

★8月の行事のお誘い★8月1日(木)より申込受付いたします★

8月リラックリ CLUBのお誘い **新幹線に乗って「越後ひまわり祭」に行こう!**

【日程】8月10日(土) 【集合場所・時間】糸魚川駅 日本海口前 9時30分

【行先】上越妙高駅前・かまぶたいせき公園 【定員】10名

【参加に必要な費用】交通費: 3,120円 (糸魚川駅~上越妙高駅の往復) 昼食代: 1,000~1,500円

【持ち物】暑さ対策用の帽子、日傘等、水分、おこづかい、ハンカチその他各自必要なもの。



【当日の内容】

- ・ひまわり畑・かまぶた遺跡ガイダンス館見学
- ・ひまわりコンサート鑑賞(ゲスト CHIKO さん)
- ・会場近隣のレストランで昼食・14時30分糸魚川駅解散

※当日は猛暑が予想されます。

参加される方は熱中症対策に飲み物、

帽子などの日よけを必ずご用意ください。



こまくさランチの日 8月はカツ丼



【日時】8月21日(水) 11時45分~

【参加費】300円

【申し込み締め切り】8月20日(火)

精神保健福祉啓発イベント

バタバタまつり開催決定

【日時】9/28(土) 10時~13時

【場所】こころの総合ケアセンター周辺

【内容】オープニング(オカリナ・チア演技)・パラスポ体験・飲食屋台・健康体験
作品展示・事業所紹介・ハンドメイド作品販売・ぬーな・ジオまる等

2024年8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) ・8/2(金)は職員会議の為12時閉館です。

・8/31(土)は職員研修の為臨時休館となります。・行事の申し込みは8/1(木)から受付いたします。

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
					12時閉館	・映画
4	5	6	7	8	9	10
休館日	休館日	・手芸クラブ				・リラックリ
11	12	13	14	15	16	17
山の日 休館日	振替休日 休館日					・カラオケ
18	19	20	21	22	23	24
休館日	休館日	・手芸クラブ	・こまくさ ランチの日			・お茶会
25	26	27	28	29	30	31
休館日	休館日		・ゲームの会			臨時休館日

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 8月6日(火) ② 8月20日(火) どちらも14:00～15:30

寄付で頂いた毛糸を用いて編み物や、さをりの製品作りをボランティアの方々とおしゃべりしながら一緒に行っております。初心者の方大歓迎♪お気軽にご参加ください。



ゲームの会

8月28日(水) 15:00～16:00

トランプ・黒ひげ危機一髪・かるた等のゲームを通じてメンバー同士交流しましょう!

映画

8月3日(土) 10:00～12:00

観賞作品 『翔んで埼玉 ～琵琶湖より愛をこめて～』
大ヒットコメディ映画『翔んで埼玉』シリーズの第二弾
主演: GACKT & 二階堂ふみ

お茶会

8月24日(土) 10:00～11:00 テーマを決めてみんなで仲良くおしゃべりしましょう。

・申込が必要な活動

カラオケ 8月17日(土)

申込時、希望の時間をお伝えください。

【前半】10:00～12:00 【後半】13:30～15:30

【定員】各6名

さをり織

織機を貸し切りでおひとり最大2時間ご利用いただけます。はじめての方や慣れない方は職員が同席します。ご希望の方は申込の際、希望日時をお伝えください。