

# 令和7年1月 バタバタ新聞 第303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>



新年あけましておめでとうございます。  
本年も地域生活支援センターこまくさを宜しく願いいたします。



## サンタもやってきました！

12月24日(火)のリラックリClubは、クリスマス会を開催しました。前半は、クリスマス特別ランチを提供。後半のお楽しみ会は、ジングルベル等のクリスマスソングを合唱後、手芸クラブのボランティアでもお世話になっている手話サークルの方々による手話講座を行っていただきました。初めて手話に触れる方が多数おられ、「おはよう」「ありがとう」等の挨拶、動物の名前、国名等を笑いも交え楽しみながら手話を学び、交流しました。



## 障害者アート展に行ってきました♪

12月11日(水)は糸魚川市役所で開催された障害者アート展へ見学に行き、絵画や書道、写真、手芸と皆様の力作を鑑賞しました。



### 入賞作品・巡回展のお知らせ

1/18(土)～1/28(火) きらら青海  
1/30(木)～2/6(木) 能生生涯学習センター  
(詳細は糸魚川市役所・福祉事務所まで)

## こまくさマルシェ



11月29日(金)は、こころの総合ケアセンターロビーで好望こまくさとの合同販売会『こまくさマルシェ』を開催しました。利用者の方々が作ったお菓子、パン、アクリルたわし、つまみ細工等様々な商品が並び、商品を通じて施設を知っていただく機会にもなりました。ご来場いただきました皆様、ありがとうございました。

★1月の行事のお誘い★ 1月4日(土)から申込受付します。 ※お申込みには利用登録が必要です。

## 1月16日(木)リラックリClubのお誘い 1月は「ランチと正月あそび」です。

### こまくさ★正月ランチの日

【時間】 11:45～13:00

【参加費】 300円

【メニュー】 けんちんうどん・おしるこデザート



### 書初め&正月あそび(かるた・羽子板・福笑い)

【時間】 ◆午前の部 10:00～11:15位

◆午後の部 14:30～15:45位



申込締め切り 1月14日(火)

## 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】 1月18日(土) 9:30～11:30 【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。

申込締め切り 1月9日(木)



## 年末年始の休館日

12/29(日)～1/3(金)の間休館いたします。新年は1/4(土)9時から開館いたします。


## 2025年1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

日	月	火	水	木	金	土
			1 休館日	2 休館日	3 休館日	4 ・お茶会
5 休館日	6 休館日	7	8	9	10 ・午後休館	11 ・カラオケ
12 休館日	13 成人の日 休館日	14 ・手芸クラブ	15 ・スポーツ	16 ・リラックリ	17	18 ・SST ・カラオケ
19 休館日	20 休館日	21	22 ・スポーツ	23	24	25 ・ゲームの会
26 休館日	27 休館日	28 ・手芸クラブ	29 ・スポーツ	(お知らせ) 1/10(金)職員会議の為12時閉館です。 行事の申し込みは1/4(土)から受付です。		

### ◆活動のご紹介【参加費無料】

《自由参加の活動 申し込み不要》

<b>お茶会</b> 1月4日(土) 10:00～11:00 テーマを設けて仲良くおしゃべりしています。	<b>ゲームの会</b> 1月25日(土) 13:30～14:30 トランプ、ボードゲーム等をして交流しましょう。
<b>手芸クラブ</b> 1月14日・28日(火) 14:00～15:30 ボランティアの方々と楽しくおしゃべりしながら手芸をしています。はじめての方大歓迎♪ 	<b>スポーツ</b> 1月15日・22日・29日(水) 13:30～14:30 動画を見ながらラジオ体操や簡単なダンス・筋トレで体力をつけて正月太りを解消しませんか？ お気軽にご参加ください。

《申し込みが必要な活動》

<b>カラオケ</b> どちらかの日程をお選びください。 ① 1月11日(土) 10:00～12:00 ② 1月18日(土) 13:30～15:30 <b>【定員】6名ずつ</b>	<b>さをり織体験</b> 織機を用いてさをり織の布づくりをしませんか？おひとり1回2時間(織り上げた布は買取も出来ます。)初めての方や慣れない方には職員が立ち会います。申込時、希望日時をお伝えください。
---	--

### 【チャリティつくしツリーへのご協力ありがとうございました】

令和6年11月22日(金)～12月24日(火)まで開催しました「2024年第28回チャリティつくしツリー」は、12月25日(水)にチャリティボックスオープン式を開催し無事に幕をおろすことができました。今年は59事業所の皆様に協力いただき、**募金総額 318,160円**のご寄付をいただきました。ありがとうございました。この貴重なご寄付は、令和6年度国内外で自然災害を受けた地域、地域福祉向上のため取り組んでいる組織や団体の寄付に使わせていただきます。