

# つくしセンター ニュース

令和7年  
1月号

発行 地域活動支援センター つくしセンター  
(社会福祉法人 上越つくしの里医療福祉協会)  
〒943-0823 上越市高土町3-2-12  
TEL:025-521-2860  
FAX:025-521-2861  
URL :https://tsukushinosato.com



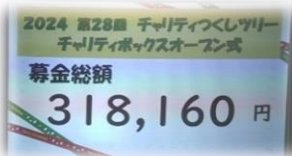
明けまして、おめでとうございます。2025年は巳年。  
本年が皆さまにとって“巳”のりのある一年になりますよう、  
心からお祈り申し上げます。

## 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！

11月21日(木)に始まった『チャリティつくしツリー』の活動ですが、12月25日(水)の『チャリティボックスオープン式』をもちまして無事に終了することができました。上越地域の障害福祉サービス事業所、上越市、糸魚川市、新潟市の企業団体をはじめ、和・道厚生事業団関連法人事業所、計59ヶ所の皆さまからご協力いただき、今年のチャリティ活動の総額は、**318,160円**となりました。

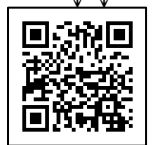
貴重なご寄付については、以下のように配分させていただきます。

- ①「令和6年能登半島地震災害義援金」・・・・・・・・・・159,080円
  - ②「地域福祉向上のために取り組んでいる組織や団体」・・159,080円
- 配分先については、1月に決定いたします。



『ECサイト チャリティのページ』

また、昨年11月から開始いたしました上越つくしの里ECサイトからは1年を通してチャリティにご協力いただけます。引き続き、皆さまからのご協力をよろしくお願い申し上げます。



## ★地活交流会のご案内★

- 日時：1月15日(水) 10:00~12:00
- 会場：つくしセンター
- 内容：今回は妙高市の地域活動支援センター『ほっと妙高』のみなさんと、ゲームやカラオケなどをして交流します。

★送迎希望の方は、ご相談ください。

★申込期間★

1月9日(木)まで

## ★新春茶話会のご案内★

- 日 時：1月23日(木) 13:00~14:30(予定)
- 内 容：センターでどらやきを作って食べたり、みなさんとゆっくりおしゃべりします。

●参加費：300円

★送迎希望の方は、ご相談ください。

★申込期間★

1月17日(金)まで

| 日                   | 月              | 火                 | 水                               | 木                             | 金  | 土  |
|---------------------|----------------|-------------------|---------------------------------|-------------------------------|----|----|
|                     |                |                   | 1                               | 2                             | 3  | 4  |
| つくしセンター休館…1月5日(日)まで |                |                   |                                 |                               |    |    |
| 5                   | 6              | 7 パン販売<br>午前:軽作業  | 8                               | 9 パン販売<br>午前:軽作業<br>午後:カラオケ   | 10 | 11 |
| 休館                  |                |                   |                                 |                               |    | 休館 |
| 12                  | 13             | 14 パン販売<br>午前:軽作業 | 15                              | 16 パン販売<br>午前:軽作業             | 17 | 18 |
| 休館                  | 休館<br>成人の日     |                   | ~地活交流会~<br>ほっと妙高のみなさん<br>と行きます! |                               |    | 休館 |
| 19                  | 20             | 21 パン販売<br>午前:軽作業 | 22                              | 23 パン販売<br>午前:軽作業<br>新春茶話会    | 24 | 25 |
| 休館                  | 午後:テーブル<br>ゲーム |                   |                                 |                               |    | 休館 |
| 26                  | 27             | 28 パン販売<br>午前:軽作業 | 29                              | 30 パン販売<br>午前:軽作業<br>午後:ストレッチ | 31 |    |
|                     | 午後:カラオケ        |                   |                                 |                               |    |    |

★各種活動について★

参加方法：開始時間までに、つくしセンターにお越しください。事前申込の必要はありません。

※送迎希望の方は、『活動日の2日前まで』にご連絡ください。

★ストレッチ【13:30～14:30】

普段使っていない筋肉を、ほぐしませんか？

★カラオケ【13:30～14:30】

一緒に歌って楽しみましょう！

★テーブルゲーム【13:00～14:00】

トランプ、オセロなどの卓上ゲームをします！

★パソコン【月に1回、1時間程度】

パソコン操作を覚えたい方、何か作りたい方、一緒にやりましょう！（随時受付）

雪が積もる時期となりました。外出や除雪作業をする際は、ケガにお気を付けください。また、感染症も流行していますので、手洗い・うがい・消毒などで感染症予防に努めましょう！

