

令和7年8月 バタバタ新聞 第310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。

BBQ を楽しみました



7月18日(金)は、糸魚川市大和川にある、森林公園高ノ峰プラトでバーベキューを行いました。当日は天候にも恵まれ、標高220mの森林の中を散策したあと、ツリーハウスの前で集合写真を撮影しました。自然の中で深呼吸をしながらの散歩は、心身リフレッシュできる一時となりました。その後は木陰で、お楽しみのバーベキュータイム。焼肉やフランクフルト、焼きおにぎり、焼きそばなど、豊富なメニューをお腹いっぱい、自然の中で味わいました。



★行事のお誘い★ ※お申込みには利用登録が必要です。

リラックリ CLUB

8月23日(土) 上越市へ ひまわりコンサート&ランチ

【開催日】8月23日(土) 【集合時間・場所】9:30 センターこまくさ集合

【募集定員】12名 【参加費】ランチ代(実費)

【持ち物】お小遣い、タオルやハンカチ、帽子や日傘等の日よけ 水分、くすり等各自必要なもの。

【スケジュール】(当日は公用車2台で移動します。)

9:30 集合→9:45 出発→11:20 謙信公武道館着→12:00~12:30 コンサート→13:00 頃食事場所へ→13:45 出発→15:10 頃センターこまくさ

・ひまわりコンサート

(時間)12:00~12:30(出演者)富山県在住のアーティスト『CHIKO(チコ)』さん

・食事の場所

「製麺工房・ジェラート工房 WITH ドリーム」

自家製麺を使用したラーメンと自家製ジェラートのお店です。(参考:しょうゆラーメン 650円、

みそチャーシューメン 1,000円、うどん 400円、ジェラート(アイスクリーム) 350円など)



【申し込み締切】

8月19日(火)

こまくさランチの日

8月のメニュー『夏野菜カレー』

【日時】8月28日(木) 11:30~13:00

【参加費】300円

【申し込み締切】8月26日(火)



創作活動

【日時】8月6日(水) 15:00~16:00

21日(木) 14:00~15:00

一緒に『バタバタまつり』の看板作りをしませんか?お気軽にお集まりください♪



2025 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
【お知らせ】 8 月 1 日（金）は職員会議の為、12 時に閉館いたします。 8 月 21 日（木）29 日（金）は職員研修の為、15 時に閉館いたします。					1 12時閉館	2 お茶会
3 休館日	4 休館日	5	6 創作活動	7	8	9 カラオケ
10 休館日	11 休館日 山の日	12 手芸クラブ	13	14	15	16 スポーツ
17 休館日	18 休館日	19	20	21 創作活動 15時閉館	22	23 リラックリ CLUB
24 休館日	25 休館日	26 手芸クラブ	27 スポーツ	28 ランチの日	29 15時閉館	30
31 休館日						

【開催日】令和 7 年 10 月 11 日（土）10 時～13 時 【場所】地域生活支援センターこまくさ
 雑貨販売・飲食屋台・健康体験・手話講座等、様々なブースを用意してお待ちしております。



～ 活動のご紹介 【参加費無料】 ～

《自由参加の活動》

【スポーツ】

8 月 16 日（土）9：30～10：30、
 8 月 27 日（水）13：30～14：30



動画を見ながらラジオ体操や簡単なエアロビダンスを行っています。お気軽にご参加ください。

【手芸クラブ】

8 月 12 日・26 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
 編み物や手芸をしています。はじめての方大歓迎♪

【お茶会】 8 月 2 日（土）10：00～11：00

テーマを設けてメンバー同士でおしゃべりしています。

《予約が必要な活動》

【カラオケ】

8 月 9 日（土）9：30～12：00 【定員】10 名
 おひとり 2～3 曲の歌唱になります。

【さをり織】

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することも出来ます。）はじ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。