

つくしセンター ニュース

令和7年
10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>



～第32回 つくしんぼ音楽会～

9月20日(土)、つくしセンターにて「第32回つくしんぼ音楽会」を開催しました。今回は上越地域を中心に活動されている、クラリネット奏者のacoさん、ピアノ奏者のyuccoさんからご出演いただき、「見上げてごらん夜の星を」や「ふるさと」など全9曲を披露していただきました。お二人の奏でるハーモニーがとても美しく、心癒される時間を過ごしました。ご出演いただいたacoさん、yuccoさん、会場にお越しいただいた皆さん、本当にありがとうございました！



★バタバタまつりに行こう!★

- 日 時: 10月11日(土)
9:00~14:00(予定)
- 場 所: 糸魚川市こころの総合ケアセンター
- 内 容: 『バタバタまつり』の各種イベントに参加します。詳細は、同封のチラシをご覧ください。
- 定 員: 7名



★申込期間: 10月1日(水)~8日(水)まで

★みんなでランチしませんか?★

- 日 時: 10月31日(金)
11:30~12:30
 - 場 所: つくしセンター
 - メニュー: カレーライス
 - 参加費: 300円
- ★注意事項: キャンセルの場合は『前日の12:00まで』にご連絡ください。それ以降は、申し訳ありませんが、食材準備の関係で参加費をお支払いいただきますので、ご了承ください。



★申込期間: 10月1日(水)~24日(金)

★上越地域精神保健福祉フォーラムのご案内★

- 日 時: 10月25日(土)
14:00~16:00
- 会 場: 上越市市民プラザ 2階 第1会議室
- 内 容: 当事者、家族、支援者からのリカバリーストーリー

※詳細につきましては、別紙チラシをご確認ください。

展示作品を募集しています!

会場に展示する作品を募集中です。日頃取り組んでいる作品(絵、俳句など何でもOK)を発表したい方は、ぜひご連絡ください。

募集締切: 10月24日(金)

つくしセンター 令和7年10月の予定

日	月	火	水	木	金	土
			1	2 パン販売 午前:軽作業	3	4 休館
5 休館	6	7 パン販売 午前:軽作業	8	9 パン販売 午前:軽作業 午後:ストレッチ	10	11 バタバタ まつり
12 休館	13 休館 スポーツの日	14 パン販売 午前:軽作業	15	16 パン販売 午前:軽作業 午後:茶話会	17	18 休館
19 休館	20 午後:カラオケ	21 パン販売 午前:軽作業	22	23 パン販売 午前:軽作業	24 ★13:00閉館	25 精神保健福祉 フォーラム
26 休館	27 午後:テーブル ゲーム	28 パン販売 午前:軽作業	29	30 パン販売 午前:軽作業 ★14:00閉館	31 ランチ会	

★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[13:00~15:00]

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！

★茶話会[13:00~14:30]

お茶を飲みながらおしゃべりしませんか？

●参加費：100円

★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、一緒に取り組みましょう！（随時受付）

★お知らせ★

- ・24日(金)は、職員会議のため13:00閉館
- ・30日(木)は、職員研修のため14:00閉館とさせていただきます。ご迷惑をおかけいたしますが、よろしくお願いいたします。

