

なちゅら **natura** 祭

7/27/SAT
13:30~16:30

夏です！
natura祭に遊びに来ませんか？

模擬店あり！
景品あり！

なちゅら
naturaを知る！
naturaを体験する！
naturaで楽しむ！

さまざまなイベントをご用意して
みなさんでお待ちしております

当日参加も可能です♡

どなたでも
大歓迎！

【主催】NPO法人つぼみ
地域活動支援センターえどがわ
就労移行支援事業所natura（ナチュラ）

参加費
無料！

祭スケジュール

13:30~16:30 ※受付13:15~
いつ来ても時間は自由！
好きなものだけ参加OK！

☆体験コーナー☆
・ピッキング ・パソコンタイピング
・書類仕分け作業

☆情報発信！○×クイズ大会☆
働きと障害年金ストップ！？
障害者雇用の配慮って？

☆プチ模擬店☆体験をして食券ゲット!!
・かき氷 ・ポップコーン ・飲み物

☆個別相談コーナー☆
気軽に相談してみませんか？

【申し込み先】
電話もしくはFAXにて参加者名を教えてください
地域活動支援センターえどがわ
TEL 03-5879-6744
または FAX03-3655-9393
※個人申込みも、事業所として複数参加も大歓迎!!

～アクセス～
江戸川区中葛西
2-8-3-1階
都バス「新川橋」
下車すぐ目の前

ばしよとれんらくさき いきかた
お問い合わせ先 ・ アクセス

〒132-0031

東京都江戸川区松島 3-46-10 かとりコーポ 101

TEL : 03-5879-0708 / FAX : 03-3655-9393

URL : <http://npo-tsubomi.com/edogawa>



しんこいわえき あるいて ふん
新小岩駅から徒歩 15分

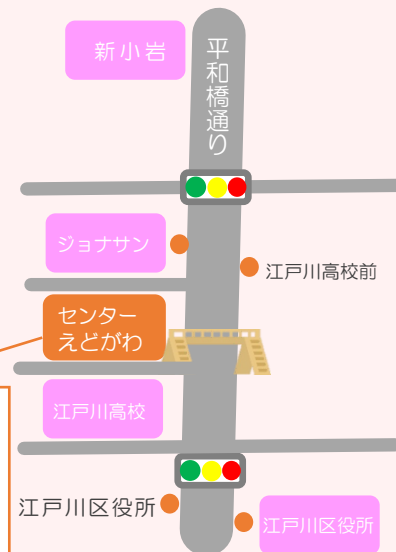
と しんこ しんこ
都バス 新小21・新小22



えどがわこうまえ おりてから あるいて ふん
「江戸川高校前」下車 徒歩 1分

と にしき
都バス 錦27

えどがわくやくしよまえ おりてから あるいて ふん
「江戸川区役所前」下車 徒歩 5分



わたしの推し



スタッフから毎月自分の推しをご紹介します♪

『アンジュール ある犬の物語』 著者 ガブリエル・バンサン

文字がなく、デッサンだけで物語がつむがれていく絵本です。同じ作家さんでやはり絵だけで綴られていく「たまご」もあります。よろしければ手にとってみてください。



つぼみだより

2024年7月号

7月開所予定・センターからのお知らせ

かいしよじかん

【開所時間】

こうりゆうしつ

交流室 10:00~17:30

でんわそうだん

電話相談 10:30~16:30 (木曜日は 10:30~12:00)

きゅうかんじょうほう

【休館情報】

- 7月11日(木)…交流室・電話相談ともに1日閉館

つぼみだよりはセンターえどがわのHPからも観れますよ



【お知らせ】

- 住所や連絡先が変わるなど利用登録情報に変更がでた際は、所定の変更届の提出をお願いします。

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 ラジオ体操	4 ぱとろご倶楽部	5	6 ぱとろご倶楽部 ハピスポ MTG
7	8	9	10 ハピスポ	11 ※休館情報参照	12	13 絵本の回
14	15 海の日	16	17 宇野プログラム	18 ぱとろご倶楽部	19	20 ハピスポ 認知行動療法
21	22	23	24	25 ぱとろご倶楽部	26 茶話会 14:00~	27 就労ピア ナチュラ祭 ハピスポ@ポッチャ
28	29	30	31 つぼみーず			センターは 通常開所します

※プログラムの時間、内容等詳細は裏面のプログラム紹介をご確認ください

なちゅらまつり

natura 祭

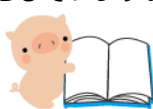
7/27(土)13:30~16:30 (受付 13:15~) 参加費：無料 場所：natura

うちの法人が運営する就労移行支援事業 natura で、初めての『natura 祭』を開催します。

就労移行や働くことに興味があってもない人でも楽しめる内容がた〜くさん♪

体験して食券ゲットしかき氷ご賞味ください！クイズ大会で一位とって景品もらっちゃってください！体験コーナーやクイズ大会は常時開催しているので、好きな時間にいらしてくださいね。センターえどがわの職員も当日は natura で皆様をお待ちしています。

※裏表紙もご参照ください



えつくす

X (旧 Twitter)
やっています

臨時休業のお知らせも行いますので、是非フォローください。



こん げつ ぶ ろ ぐ ら む し ょ う か い 今月のプログラム紹介

ご参加の際はご来所か専用回線(03-5879-6744)でお申し込みください

しーくれっと らじおたいそう

シークレット ラジオ体操

7/3(水)午前中 参加費：交流室利用料 100 円のみ

午前中、どこかの時間帯で突然ラジオ体操の懐かしミュージックが流れます。一緒に体を動かし血流を良くしましょう。もちろん気乗りしない場合は不参加 OK。幻の「第3」の正体も明かされる(…かも。)

えほん かい

絵本の回

7/13(土)14:00～ 参加費：交流室利用料 100 円のみ

“おとなのよみきかせ”まったり時間をご一緒にどうぞ。「生きる」「なみのいちにち」の予定です。

う の ぶ ろ ぐ ら む

ぼう

はな

ざぜん

宇野プログラム～お坊さんと話そう・坐禅～

7/17(水)14:00～15:30 参加費:300 円

お坊さんへの素朴な疑問や、日頃思うことを福祉専門職ではない人に聞いてみたい等なんでも話してみましよう。そして、坐禅とは ①身体を調え②呼吸を調え③こころを調える こと。是非ご参加ください。

にんちこうどうりょうほう ぐ る ー ぶ せ み な ー

認知行動療法グループセミナー

7/20(土)15:00～ 参加費:300 円(交流室利用料含む)

今回は『それって本当にそうなの? (第2弾)』。「事実」を「事実」として区別できないとコミュニケーションにも影響を与えます。影響を与えないポイントを整理しましょう。

しゅうろう ぴ あ

就労ピア

7/27(土)10:30～12:00 参加費：無料

場所：natura

今月は『何のために働くか～働く理由・働きたい理由』。センターかさい、センターこまつがわの利用者にもお声がけしてパワーアップした就労ピア。是非ご参加ください。

つぼみーず

7/31(水)13:30～ 参加費：交流室利用料 100 円のみ

敷地内の花壇でガーデニングをします。草取りや栄養剤注入を行うゆったりタイム。美しく育てましょう。

りようしゃ

がやってる

さーくる

くらぶ

利用者さん主催のサークル『ぱとろご倶楽部』 参加費：交流室利用料 100 円のみ

自由な勉強サークルです。基本的には時事問題や文化、歴史などの話をしますが、テーマは決めたり決めなかったり。世間話や談話を楽しみたい方も気軽に立ち寄ってみてください。テーマは別途提示します。

7/4(木)・7/18(木)・7/25(木)➡ 13:00～14:30 / 7/6(土)➡10:30～12:00

りようしゃ

がやってる

す ぽ ー つ さ ー くる

は っ ぴ ー

す ぽ ー つ

利用者さん主催のスポーツサークル『ハッピースポーツ!』 参加費：100 円

初心者、見学希望者大歓迎！参加の際は事前にお申込みください。室内履き必須です。

※緊急告知 練習時参加人数が足りないためハピスポ存続がピンチです。是非ご参加ください。

【松島コミュニティ会館】 7/10(水)14:00～16:30、7/20(土)10:00～12:30

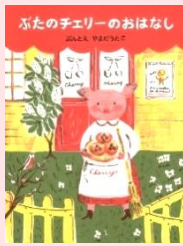
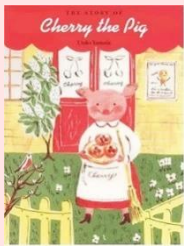
【センターえどがわ】 7/6(土)14:00～ 内容：ミーティング (運動は行いません)

ハピスポ@ボッチャ

【トヨタモビリティ東京】7/21(日)13:00～15:00

※センター集合または現地集合。各自運動ができる服装、体育館履き、タオル、飲み物をお持ちください。

利用者さんコーナー



ぶたのチェリーのおはなし～Chetty the Pig

この絵本と出会ったのは 20 年以上前のことです。カレルチャペック紅茶店の多摩センター三越店で 絵本作家・山田詩子先生のサイン会で 手に取り サインして貰いました。それ以来 私の宝物として大切にしている絵本になりました。内容も良いのですが 絵本なので絵も 可愛らしくて 大変 気に入っています。

悪魔



つぼみだよりでは、皆様からの作品をお待ちしています。文章や写真、絵など 発表したいものがあれば職員までお知らせください。また、ご感想も是非お寄せください。

あの日・あの時・あの場所で

私は、田中里沙さんと出会いから 15 年でした。きっかけは、2009 年 6 月 9 日の面談です。5 年前に見学し 久しぶりに行きたい事を近くの保健師さんと相談しました。そして、別れの日がやって来ました。一番の理解者を失うので悲しい。最後の言葉になりますが、「里沙さん、素晴らしい女性でした。人生の思い出。大好き。」

あ・お

おとこ めし
男 飯

僕と友達とふたりで男飯を始めて、月に1回やっています。今回2回目はメンバーが増えて4人で9人前を作った。チャーハンをみんなに食べてもらいたくて、がんばって作りました。(ちょっと疲れた)

達也

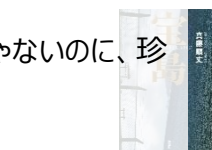
スタッフコーナー

今月は **西川さん**



勝手に好きな本・印象に残ってる本をご紹介します

『ミレニアム 1-3』 スティーグ・ラーソン
『サーカス物語』 ミハエル・エンデ
『永遠の仔』 天童荒太
『フライド・グリーン・トマト』 ファニー・フラッグ
『宝島』 真藤順文
『流浪の月』 凧良ゆう
『ぼく モグラ キツネ 馬』 チャーリー・マッケジー



普段一回読むとその後何度も読むタイプじゃないのに、珍しく何度も読んだ本
『サーカス物語』と『ミレニアム 1-3』



日日是好日

【急がば回れの就労移行】その3

今回のお題は、生活リズムについてです。これは、就労の有無に関係なく日々の営み、基本のキになります。生活リズムも朝に強い朝型と、夜に強い夜型、その間の中間型の 大まかに3つに分かれます。就労を目指すならどの型にすべきかよりも、毎日、同じ時間に寝て、同じ時間に起きて、同じ時間に食事を摂ることが大切です。その上で、生活リズムに合った職場を探すのか、勤務時間に合わせた生活リズムに挑戦するのか、一緒に悩みましょう。

はたらくて **natura** 就労移行支援事業所natura ナチュラ
自然なこと 江戸川区中葛西 2-8-3 1F
都バス錦 25・平 23「新川橋」下車
☎ 03-6808-5291