

つぼみだより

2022年4月号

4月開所予定・センターからのお知らせ

【開所時間】

交流室 10:00~17:30 電話相談 10:30~16:30

【休館情報】

4月13日(水)…交流室・電話相談ともに14時閉館

4月14日(木)…交流室・電話相談ともに一日閉館

4月30日(土)…交流室一日閉館・電話相談は10時半~12時まで実施

月	火	水	木	金	土	日
				1	2 ハピスポ	3
4	5	6 ハピスポ	7	8	9 ハピスポMTG	10
11	12	13 ※休館情報参照	14 ※休館情報参照	15	16 ・ハーバリウム ・認知行動療法	17
18	19	20	21	22	23 ・AKIプロ ・茶話会	24
25	26 日めくりカレンダーを作ろう	27 ハピスポ	28 つぼみーす	29 祝日	30 就労ピア ※休館情報参照	

※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

4月入職！新職員紹介

はじめまして西川と申します。

安心・安全・ニコニコ みなさんが、私ができますように、教えていただきながらがんばります。
慣れるまでは…いえ、きっと慣れてからもご迷惑おかけすると思いますが、よろしくお願ひします。

西川

【お問い合わせ先】地域活動支援センターえどがわ 住所：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>

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)にてお申し込みください

AKI's プログラム 4/23(土)11:00～ 参加費：300円(交流室利用料込み)

今回は『簡単アロマハンドクリーム作り』を行ないます！

保湿しながらツボを押して手をほぐして、免疫力&幸福度UP！作ったハンドクリームはお持ち帰り頂けますのでおうちでも楽しめます。ぜひご参加ください♪

認知行動療法グループセミナー 4/16(土)15:00～16:00 参加費 300円(交流室代含む)

4月は『わたしの天使と悪魔』がテーマ！自分の状態はいつも同じではありません。元気だったり落ち込んだり…自分を助けてくれる『天使』と悪さを働く『悪魔』実際にイメージしてみましょう。

SPRING ハーバリウム講座 4/16(土)13:00～14:30 参加費 500円(交流室利用料込み)

前回もたくさんの方に参加頂き大好評だったハーバリウム講座。今回は春色イメージのハーバリウムづくりを教わります！自分用にもプレゼント用にも使える素敵なハーバリウムを作ってみましょう♪

リニューアル就労ピア 4/30(土)10:30～12:00 参加費：交流室利用料 100円のみ

今月から就労ピアはちょっぴりリニューアル！お仕事している方もこれからお仕事をを目指す方にも役立つ『就労』をテーマにした講座とフリートークを予定しております。交流室でもZOOMでも参加可能ですのでお気軽にご参加ください。

毎日楽しく！日めくりカレンダー 4/26(火)13:00～ 参加費：交流室利用料 100円のみ

自分の好きな月のカレンダーを楽しく作ってみませんか？絵やシールを使って楽しく仕上げちゃいましょう！センターに見本も貼ってありますので気になる方はぜひ見てみて下さいね。

つぼみーず 4/28(木)13:30～ 参加費：交流室利用料 100円のみ

センターえどがわの花壇でガーデニングをします。ボランティア東郷さん参加予定！

茶話会 4/23(土)15:30～16:10 参加費：交流室利用料 100円のみ

交流室、ZOOM どちらでも参加可能です。ZOOM参加の場合はパスワードを事前にお問い合わせください。

利用者さん主催のスポーツサークル『ハッピースポーツ！』

ソフトバレーを中心に卓球やバドミントンなど、近隣の体育館で活動中です。

初心者、見学希望者大歓迎！会員制となりますのでご参加の際は事前にお申し込みください。

【松江区民プラザ】4/6(水)12～15時 4/16(土)17～20時 4/23(土)12～14時 4/27(水)12～15時

【松島コミュニティ会館】4/2(土)10～13時

【センターえどがわ】内容：ミーティング(運動は行いません) 4/9(土)14時～

※現地集合となります。各自体操着、体育館履き、タオル、飲み物をお持ちください。

※開催1週間前までに3名以上のお申し込みがない場合中止となります