地域活動支援センターえどがわ とは？

心の病を抱えながら地域で生活している方々が、自分らしく豊かな生活を送れるよう下記のことを行っています。

生活支援
生活する上でお困りのことに対し、一人ひとり個別で支援（助言・情報提供・同行・訪問など）をしています。

相談支援
面談・電話で相談を受けています。生活相談から精神的ななやみまで幅広く伺い、当センターができることを支援しています。

交流室
友だちをつくりたい、のんびり過ごしたいなどお気軽に利用できるスペースを開放しています。イベントやプログラムも行っています。

就労支援事業
就職を希望している方へ、応募書類作成や面接同行など個別に必要な支援をしています。

担当：岡

居住支援事業
江戸川区内での引越を希望されている方へ、おうち探しや荷造りなど必要なサポートを行っています。

担当：清水

計画相談
福祉サービスを利用したい方へ、申請にかかる計画作成やマネジメントを行っています。

担当：小林

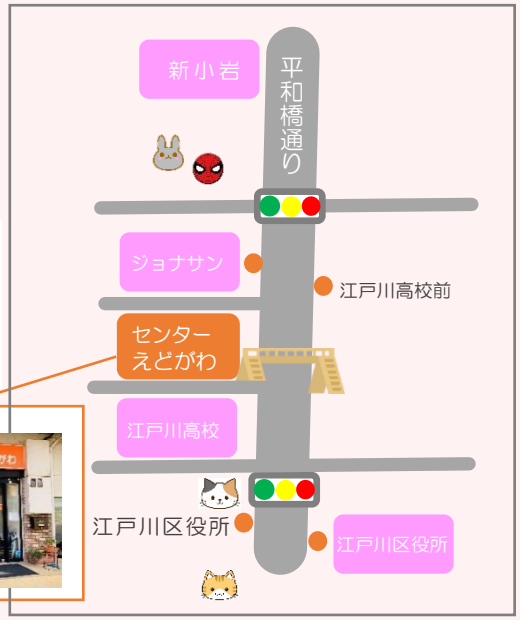
お問い合わせ先 ・ アクセス

〒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

新小岩駅から徒歩１５分

都バス 新小21・新小22
「江戸川高校前」下車 徒歩１分

都バス　錦27
「江戸川区役所前」下車　徒歩５分



オススメスポット

センターから行けるオススメスポットを毎月ご紹介☺♪

前を通る時つい居るか気になってしまう。目にできるとうれしくなる。皆さんにもそんなスポットありますか？
以前はやっぱりそんな存在だったピエール。気づいたらいなくなってしまいかなしい。いずこへ…

↑ ごま

オレオ →

つぼみだより

2024年2月号

２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（木曜日は 10：30～12：00）

【休館情報】

- ２月８日(木)…交流室・電話相談ともに１日閉館
- ２月24日(土)…交流室１日閉館・電話相談は 10 時半～12 時まで実施

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 ぱとろご倶楽部	2	3 ぱとろご倶楽部 ハピスポ MTG
4	5	6	7 ハピスポ	8 ※休館情報参照	9	10 やろいっしょ 認知行動療法
11 建国記念日	12 振替休日	13	14 ハピスポ	15 ぱとろご倶楽部	16	17 ハピスポ LOVE 企画
18	19	20	21 絵本の回	22 ぱとろご倶楽部	23 天皇誕生日	24 就労ピア ※休館情報参照
25	26	27 Aki プログラム 茶話会	28 つぼみーず ハピスポ	29 ぱとろご倶楽部		

※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

やろいっしょ『わたしの推し活』

2/10(土)11:00～　参加費：交流室利用料 100 円のみ

持ち時間を 1 分、3 分、5 分から選んで大好きな推しへの思いを語りましょう。聞くだけ参加も OK。人前で話す練習や、自分の守備範囲を広げるチャンスに！

X（旧 Twitter）はじめました

イベント情報・臨時休業のお知らせも行いますので、よろしければフォローしてください。

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

認知行動療法グループセミナー　2/10(土)15:00～　参加費:300 円(交流室代含む)

今回は**『小さな感情に気づこう』**。普段何気なく過ごしている中でもそこに「在る」感情に気づくことが心の健康には大切です。感情に気づくトレーニングをしましょう。

絵本の回　2/21(水)14:00～ 参加費：交流室利用料 100 円のみ

“おとなのよみきかせ”　今回は「はなをくんくん」「白いうさぎ黒いうさぎ」の予定です。

就労ピア　2/24(土)10:30～12:00　参加費：100 円　場所：natura

今月は**『あこがれた職業を思い出そう』**。前半はテーマトーク、後半はゆったりフリートーク。今お仕事をされている方も、これからお仕事を目指す方も、ぜひご参加ください！

AKI’sプログラム　2/27(火) 10：45～　参加費：500 円(交流室代含む)

今回は**『フラワーアレンジメント』**。アートフラワーをボックスに楽しくアレンジ。作品はお持ち帰りできます。自分用にもプレゼント用にもできるアレジメントを作ってみましょう。

茶話会　2/27(火)14:00～ 参加費：100 円(交流室代含む)

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。

つぼみーず　2/28(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。

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。テーマは別途掲示します。

2/1(木)・2/15(木)・2/22(木)・2/29(木)➡ 13:00～14:30　　2/3(土) ➡ 10:30～12:00

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

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参加の際は事前にお申込みください。室内履き必須です。

【松島コミュニティ会館】2/7(水)13:30～16:00、2/14(水)13:30～16:00、2/17(土)10:00～12:30、
2/28(水)13:30～16:00

【センターえどがわ】　2/3(土)14:00～　内容：ミーティング(運動は行いません)

※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

横浜中華街

今回、秋の遠足に初めて参加しました。参加者で来るのが分かっていたのが一人しかおらず、どのような方達が来るのか分からなかったので、不安でいっぱいでした。参加者の方達は優しかったのでよかったです。食べ放題のお店について、沢山食べれて大満足でした。一番おいしかったのは、エビチリで、横浜名物の小籠包とゴマ団子もおいしかったです。最後にお土産を買って帰りました。とても楽しかったです。ありがとうございました。

ナッピー

Xmas ツリー作り

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。

スタッフコーナー

今回は
センターえどがわ
評判イベント紹介

内容・タイムスケジュール
14：00　受付開始
14：15　イベントスタート！
14：25　1対1でトーク①
ソロ/ペールードを先ながら、会話の方と一通りお話し出来ます。色々なカと話題を探の新しょう!
15：25　休憩
15：35　1対1でトーク②
16：20　投票・カップリングタイム　投票の結果、お互い一致すればカップル成立！
16：35　発表・成立カップル発表
17：00　終了予定　集計結果により終了時間は若干変動します。お時間に余裕を持ってお越しください。

会場案内
『グリーンパレス2階　高砂・羽衣の間』
住所：江戸川区松島1丁目38番1号
※会場への駐車の出来ないためご遠慮ください
[JR新小岩駅(南口)より]
・徒歩(約20分)
・都バス(約21)番乗車行
[京成線]
・都バス(約21)番乗　新小岩行
※江戸川区役所前下車徒歩3分

《お申込み方法》
QRコード、専用URL、FAXのいずれかでお申し込みください
◎申し込み専用URL→https://forms.gle/t7yVu98ZJjpDGvSM7
◎下記項目をご記入の上、03-3655-9393へFAX

フリガナ お名前		ご年齢	年齢	男・女
ご住所	〒	お電話番号		
結婚歴 or 職業		現場の特技 (任意)	有(例:　　)・無	
自己紹介・入会上一言(ご参加で会費が半額となります。 一緒に参加する方がいましたらお名前をご記入ください。 (お申込みにお名前が載ります)				

○お申込みの締切は2月1日(木)となります。
○お申込みが多数に達した場合、抽選とさせて頂きます。当日の可否に関しては2月上旬にお知らせいたします。
※QR、URLからお申し込みの場合、お申し込み後、専用確認メールが自動Mail。、貴様の内容に関するメールを送信致します。メールアドレス等が間違えの無いようお確認を宜しくお願いします。
※FAXでのお申し込みの場合、必ずご記入の上、お電話にてお知らせ致しますので、ご連絡等に対応お願い致しますようご協力を宜しくお願いします。
○当イベントのご参加は当日受付に参加されていない方を対象とさせて頂きます。ご了承ください。
○当日は当日、会場でのお受付いたします。なるべくお釣りの出ないようご協力お願いします。
お問い合わせ先：地域活動支援センターえどがわ　TEL：03-5879-6744　(担当：本村・佐藤)

2月の風物詩

2月といえば、豆まき、バレンタインといったイベントがありますが、“就職面接会”もこの季節。事前の応募は必要ですが、企業の方と面接できる貴重な機会です。このつぼみだよりが出る頃、就活中の方の中には応募書類作成、面接練習等、忙しく準備をしている方もいるかもしれません。natura でも利用者さんと職員が二人三脚で準備している頃でしょう。いつもは色々気にして遠慮がちな豆まき（豆2～3粒＆小声）をしている私ですが、皆様に多くの福が来るよう、今年は豪快に豆をまこうと思います。

はたらくって natura 自然なこと
就労移行支援事業所natura（ナチュラ）
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