



# お知らせ



- ・ 5月10日(木) 12時閉館
- ・ 5月17日(木) 15時閉館
- ・ 5月26日(土) 12時閉館
- ・ 5月30日(水) 1日閉館



# 5月日程表



日	月	火	水	木	金	土
		1 昼食会 11時	2	3	4	5
6	7	8	9 いえろ～ さあくる 10時15分	10 心理面談 12時閉館	11 昼食会 11時	12
13	14	15	16 美活サークル 14時	17 心理面談 15時閉館	18 スポーツ 15時	19 バッティング サークル 14時
20	21	22 Aki's 10時半	23	24 心理面談 つぼみ一ず 13時半	25 茶話会 14時	26 就労ピア 12時閉館
27	28	29 調理教室 11時 カラオケ 14時	30 外出しク 1日閉館	31 心理面談		

平成30年5月

# つぼみだより

## スカイツリーに行こう！

日時：5月30日（水） 10：00  
費用：スカイツリー（天望デッキ）1030円  
すみだ水族館 1030円  
その他 交通費 昼食代など  
集合場所：JR錦糸町駅北口改札



今回の外出レクではスカイツリーとすみだ水族館に行くことになりました！  
みなさんで楽しい思い出を作りに行きましょう♪

当日はセンターを一日閉館いたします。  
参加ご希望の方は5月26日（土）までにご予約をお願いします。

※参加人数が6人に満たない場合は中止になります。ご注意ください。



毎年恒例のお花見に行ってきました！  
今年は桜の開花時期が例年より早く、  
4月5日にはもうほとんど桜が散ってしまっていました…。



今年はおにぎりではなく、ちらしずし弁当を皆で作りました♪  
曇り空ではありましたが、皆さんが歌を歌って盛り上げてくれたり、新しい職員との会話を楽しんだり、素敵な時間を過ごすことが出来ました（\*\_^\*）

# スポーツプログラム

日時：5月18日（金）  
15：00～16：30  
センター出発14：15  
場所：平井コミュニティ会館  
参加費：100円

卓球・バレー・バドミントンの  
道具を持っていきます。  
好きなスポーツをしましょう♪

参加される方は当日、内履き用の  
シューズをお持ちください。  
※事前にセンターへ連絡または  
受付の用紙にご記入をお願い  
します。



## ♪お知らせ♪

平成30年度より  
心理面談が毎週木曜日に  
変更になります。

# Aki'sプログラム

「素敵な紙で、オリジナルポチ袋づくり」

千代紙や可愛い折り紙、海外のデザイン紙など  
を使って自分だけのオリジナルポチ袋をつ  
きましょう♪

日時：5月22日（火） 10：30～  
参加費：250円

※事前申し込みが必要です

5名限定なので

お早めにお申し込みください！



# 調理教室

古竹 夏希さん(調理師)が、  
難しくなくバランスのよいランチづくりを  
教えてくださいます。

5月29日(火) 11:00～

参加費：300円  
メニューは親子丼・豆腐サラダ・きのこの  
お吸い物

限定5名ですので、早目のご予約を  
お願い致します。 ※事前申込制です

## ◆就労ピア◆

今月のピアは5月26日(土)  
12:30～14:30開催します。

※就労ピアへの参加は就労にご興味のある方な  
らどなたでもご参加いただけます。  
参加費：100円

# 茶話会



日時：5月25日（金）  
14：00～

茶話会とはみんなで今後のプログラムを決  
めたり、センターからのお知らせなどをお  
伝えする会です。お菓子をつまみながら座  
談会のような形式で気楽な雰囲気の中で行  
っています。

興味のある方のご参加是非ともお待ちしております  
！ ※参加費は無料です

# いえろ～さあくる

“いえろ～さあくる”という、中央健康サポートセンターのデイケアに通われている方々が、センターえどがわに出張し、毎月、第2水曜日にプログラムを行うことになりました♪今回は“自分を知ろう”というテーマで、コミュニケーションプログラムを行う予定です！お金はかかりませんので興味のある方はぜひお気軽にご参加ください！

**\*第2回目\***

**「私は誰？」**

**5月9日(水)**

**10:15～11:30**

**場所：センターえどがわ交流室**

# カラオケクラブ

**歌が好きな皆さん、  
一緒にカラオケに行こう!!**

**日時：5月29日(火) 14時**

**会場：新小岩駅前クッターナビル内  
カラオケスタジオ歌広場**

**時間・交通：13:30にセンター集合し、  
江戸高前バス停より都バス乗車、新小岩駅前下車(都営交通乗車証を忘れずに!)**

**費用：¥580**

**(2時間、ソフトドリンクフリー)**

**参加費は当日集めます。**

**わからないことがあればセンターに  
お問い合わせください。**



# 美活サークル

**日時：5月16日(水) 14時～**

**場所：センター交流室**

**費用：交流室利用料 100円**

**+参加費 100円**

**服装：動きやすい服装**

**持ち物：タオル**



**※事前申込制 4名限定**

**自分磨きサークル第3回目開催！今回は  
みんなでカーヴィーダンス(イス編・立ち編  
それぞれ15分ずつ)をした後に、  
ハーフティーを飲みましょう♪  
もちろん男性も参加OKです!!**

# バッチョングサークル

**日 程：5月19日(土) 14時～**

**場 所：トミーバッチョングセンター**

**料 金：1回券(300円)4回券(1000円)、1000円で打ち放題あり。**

**参加方法：当日 13時 18分の都営バスに  
乗車予定です。**

**参加希望の方は、13時10分  
までにセンターにお越しください。  
皆様のご参加お待ちしております♪**



つぼみだよりでは皆さまからの記事をお待ちしております！

一人一記事、毎月二十日までにお願い致します！

※参加申し込みが必要なプログラムは、当月の初日に原則申し込み受け付けを開始します