



9月日程表



日	月	火	水	木	金	土
						1 ハンドメイド 14時
2	3	4	5 昼食会 11時	6	7	8 ボードゲーム 14時
9	10	11	12 いえろ～ さぁくる 10時15分	13 心理面談 15時閉館	14 昼食会 11時	15 外出レク 10時 新小岩駅集合
16	17	18 調理教室 11時	19 Aki's プログラム 10時30分	20 心理面談	21 茶話会 14時	22 スポーツ 14時 鹿本学園
23	24	25 カラオケ 14時	26 美活サークル 14時	27 心理面談 つぼみ一ず 13時半	28	29 就労ピア 12時閉館
30						

プログラム内容

- ・ **昼食会**・・・参加者でメニューを決めて買い出しと調理を、みんなで楽しみながら行います。
- ・ **茶話会**・・・職員からのお知らせや利用者さんから行いたいプログラムの希望などの意見をお菓子をつまみながら座談会形式で話し合います。
- ・ **つぼみ一ず**・・・花屋で買ってきた花を活ける園芸のプログラムです。
- ・ **カラオケ**・・・カラオケボックスに出かけて歌を歌ってストレス解消しましょう！
- ・ **就労ピア**・・・就労に興味のある方が、仕事に関して考えていることや疑問などを話し合います。
- ・ **いえろ～さぁくる**・・・テイケアの職員さんが出張で毎月様々なプログラムを行ってくれます。今回は“自分を知ろう”というプログラムを行う予定です。
- ・ **スポーツ**・・・体育館を借りて、バレーボールや卓球など様々なスポーツを行っています。
- ・ **美活サークル**・・・内面も外見も美しくなるための自分磨きサークルです。今回は新たなカーヴィーダンス、部分痩せカーヴィーを行います！ダンスが終わった後はハーブティーを飲んでリラックスしましょう♪
- ・ **調理教室**・・・調理師の先生が簡単にバランスの良いランチ作りを教えてください。今回のメニューはチキンのトマト煮・シーザーサラダ・野菜スープです♪
- ・ **Aki'sプログラム**・・・暮らしを豊かにする空間づくりの講師が、モノづくりのレッスンをしてくれます。今回は安眠、リラックス効果をもたらす無農薬ラベンダーのサシェづくりです♪

平成30年9月

つぼみだより

ハンドメイド

ミシンを使って自分だけのランチョンマットを作りませんか？初心者の方もぜひ参加してみてください！利用者さんが考案して下さったプログラムです♪

日時：9月1日（土）

14時～16時

場所：センターえどがわ交流室

※参加費無料です



ボードゲーム大会

プログラムが少ない土曜日に…と利用者さんが考案して下さったプログラムです！
ドンジャラ、オセロ、トランプなど好きなゲームをしましょう☆
お気軽にご参加ください！



日時：9月8日（土）

14時スタート

場所：センターえどがわ交流室

※参加費無料

水上バスに乗ろう！

水上バスに乗って遊覧を楽しんだ後、浅草散策します！みんなで楽しい思い出づくりに出発しましょう♪

日時：9月15日（土）10時～15時（予定）

集合場所：新小岩駅改札10時集合

費用：水上バス780円、昼食代1000～1500円程度、
合計2000～2500円程度（交通費込）

※9月6日（木）までに申し込みをお願い致します。

※先着10名です。お申し込みはお早めに！



特定非営利活動法人 つぼみ
地域活動支援センターえどがわ

〒132-0031

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/use-info.html>