

11月 日程表

日	月	火	水	木	金	土
					1	2 ハッピー トーク!
3	4	5	6 スポーツ 12時	7 昼食会 11時	8	9
10	11	12	13 茶話会 14時	14 メンテの為 一日閉館	15	16
17	18	19	20 EDOGAWA 丼 11時30分	21	22	23 勤労感謝の日 一日閉館
24	25	26 カラオケ 14時	27 ひとり暮らし 講演会 14時	28 つぼみ一ず 13時30分	29	30 就労ピア 一日閉館

《休館情報》

11月14日(木)…毎月第二木曜はセンターメンテナンスの為、一日休館になります

11月23日(土)…勤労感謝の日の為一日休館になります

11月30日(土)…毎月最終土曜は職員会議、就労ピアの為、交流室は閉館になります

《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…利用者さんからのご希望や職員からのお知らせなど

交流室をより良くするアイデアを、お菓子をつまみながら楽しくお話ししましょう♪

就労ピア…お仕事に関する近況やお悩みに関して語り合います。※最終土曜日、10時半～12時開催

Aki'sプログラム…あき先生による生活を豊かに彩るハッピーライフレッスン! ※隔月開催 (10時半～)

スポーツ…体育館でソフトバレーや卓球、交流室でストレッチなど体を動かしてストレス発散しましょう

EDOGAWA 丼…職員が腕にヨリをかけてオリジナル丼を振る舞います! お代300円! 要予約!

《サークル活動》

つぼみ一ず…四季折々のお花を植えて育てる園芸プログラムです。※最終木曜開催

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! ※最終火曜開催

ハッピースポーツ…利用者さん主導のスポーツサークル! 目指せスポ交優勝! (一面記事参照)

将棋・オセロ大会…利用者さん同士で対戦します。定員に空きがあれば当日参加も可能です

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>

2019年11月号

つぼみだより

精神障害のある方の 一人暮らし講演会

日時：令和元年 11月27日(水) 14時～16時

場所：タワーホール船堀 4階研修室

参加費：無料

お申込み：江戸川保健所精神保健係(担当：鈴木みさき)

03-5661-2479 まで電話にてお申し込みください

不動産屋さん聞く物件探し・引越しのポイント、ひとり暮らし経験者の体験談、ひとり暮らしを支える福祉サービスなど、お役立ち情報が満載の講演会！
これからひとり暮らしをしたい方、「いつかはしてみたい！」という方も是非ご参加ください！

スポーツ プログラム

今月のスポーツプログラムは！

《日時》 11月6日(水)

12:00～14:00

《場所》 中平井コミュニティ会館

《集合》 センターえどがわ 11:30

もしくは現地に 12:00

《参加費》 100円

《持ち物》

動きやすい服装・汗拭きタオル・上履き

当日参加も可能ですが、参加希望の方は
事前にお申込み下さい。
ご参加お待ちしております♪

ハッピースポーツサークル

11月は体育館が借りられなかった為
みんなでトークするお時間、

題して「ハッピートーク！」を開催します！

《時間》 11月2日(土) 14:00～16:30

《場所》 グリーンパレス集会室 305

☆毎週金曜(第3金曜以外)13時～16時、中平井
コミュニティ会館で他事業所との合同練習もし
ています

ハッピースポーツ！に興味ある方

お待ちしております！