

つぼみだより

2021年5月号

5月開所・プログラムスケジュール

電話相談 10:30~17:00 交流室 10:00~17:00 の開所となります
 ※コロナ状況を鑑み、開所時間やプログラム内容に随時変更の可能性がございます。

【休館情報】

- 5月8日(土)…交流室 13時閉館・電話相談は通常実施
- 5月13日(木)…交流室・電話相談ともに一日閉館
- 5月21日(金)…午前中はプログラム貸し切りの為、交流室 13時より開所
- 5月29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
3	4	5	6 立夏ウォーキング	7	8 認知行動療法 ※休館情報参照	9
10	11 私の愛した『OO』のはなし	12	13 ※休館情報参照	14 オンライン茶話会	15 ハピスポミーティング	16
17	18	19 ハピスポ!	20	21 ママとも! ※休館情報参照	22 ・トランテータ ・O-1 グランプリ	23
24	25	26 ハピスポ!	27 ・フラワーアート ・つぼみーず	28	29 就労ピア ※休館情報参照	30
31	※プログラムの時間、内容等詳細は各プログラム紹介記事をご確認ください					

掴みとれ！オセロ最強の称号！！

『O-1 グランプリ チーム対抗戦』

日時：5/22(土)13:30~ 場所：センターこまつがわ

集合：センターえどがわ集合→12:50 出発

現地集合(センターこまつがわ)→13:25

4月のオセロ大会は序章に過ぎなかった。ついに区内の地活センター対抗戦の火蓋が切って落とされる…

チームえどがわ参加メンバー、大！募集中！

「時は来た。それだけだ」

(申込専用回線：03-5879-6744)

認知行動療法 グループセミナー

臨床心理士の方を講師に迎え様々なテーマでグループセミナーを実施しています。

5月8日(土) 14時30分開始。参加費 500円

テーマ『コラム表を書こう！』

悩みや嫌なことがあった時に自分の気持ちや状況を書き出すことで、心の整理に役立つ『コラム表』を書いてみましょう！(申込専用回線：03-5879-6744)

『フラワーアート』『つぼみーず』

5月27日(木)はオハナ系プログラム二本立て！

11:00『フラワーアート』…ものづくりが得意な利用者さんが講師となり、ドライフラワーとボトルやガラスケースを組み合わせた「ボトルフラワー」を作ります。(参加申込専用回線：03-5879-6744)

13:30『つぼみーず』…センターエド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！交流室利用料100円のみで両方ご参加いただけます。片方のみの参加ももちろんOK！ぜひお越しください。

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近隣の体育館で活動中です。初心者、見学希望者大歓迎！

【日時】5/19(水)、5/26(水)…12:00～15:00 松江区民プラザ(現地集合) 運動着、体育館履き、タオル
5/15(土)…13:00～15:00 グリーンパレス集会室404でミーティング(運動は行いません)

【参加方法】事前にセンターへ参加お申し込みをお願いします。(申込専用回線：03-5879-6744)

※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

※東京都に緊急事態宣言が発出されている期間は中止となります

オンラインプログラム

日時：5/14(金)15:30～16:10…オンライン茶話会

5/29(土)11:00～11:40…オンライン就労ピア

○事前に来所かお電話にてお申し込み下さい。(申込専用回線：03-5879-6744)

○ネット環境により通信や音声途切れる、接続できないといった状況となる可能性もございます。ネット契約プランにより通信料が発生する場合がございますのであらかじめご了承ください。

○事前にZOOMアプリのインストールをお願い致します。利用方法がわからない等ございましたらご相談ください。

ママとも！

日時：5月21日(金) 10:30～12:30

ママ同士でゆっくり話しましょ。交流室貸し切りなのでお子様連れOK！育児や妊娠、出産などでお悩みの方、息抜きがしたい方、ぜひお越しください(^^♪
(参加申込専用回線：03-5879-6744)

若者支援プロジェクトランテータ

日時：5/22(土)14:30～16:30

参加費：交流室利用料100円のみ

20～30代の方向けに参加した皆さんと作り上げていくプログラムになります。初参加の方も大歓迎！みんなで楽しもう！(参加申込専用回線：03-5879-6744)

立夏ウォーキング

日時：5月6日(木)14時センター集合

お散歩が一番気持ちのいいシーズン到来です！センターエドがわ近辺をゆっくりウォーキングしてリフレッシュしませんか？

※雨天・荒天時は中止となります

わたしの愛した『〇〇』のはなし

日時：5月11日(火) 15:30～16:30

ひとつのテーマに絞ってじっくりトークしませんか？

初回のテーマは『映画』です！

ジャンル問わず、好きな作品の魅力を語らしましょう！好きな作品はあるけどどんな風に紹介したらいいかわからない…そんな時はご相談ください。一緒に考えます！

(参加申込専用回線：03-5879-6744)

【お問い合わせ先】地域活動支援センターエドがわ 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>