

※都合により変更される場合があります。

●家族会 月1回

家族同士の情報交換や話し合い。
見学だけでもOKです。
アットホームな感じで行っています。

今月は
8/25 (日)
13:00~

●居場所

みんなと楽しく過ごせるように♪
みんなでゲームをしたり、コミュニケーションの練習をしたりしています。

毎週火曜
13:30~15:30

●人形劇

目標に向かって一緒にやりませんか？
家に居ながら参加も可能です。
ぜひ一度見学に来てみてください！

毎週土曜
15:00~17:00

●清掃ボランティア

お仕事へ向かう練習！
地域の教会で、簡単な清掃です。
まずは、見学からでも大丈夫ですよ♪

毎週金曜
14:00~15:30

●心澄団らん

みんなで作って、みんなで食べる！
ゲームをしたり、おしゃべりしたり
隔週で運営中です♪

今月は
8/9 (金)
17:00~

●七色クローバー

アニメやゲーム、漫画などを
題材に絵を描いたり、グッズを
作ったり、おしゃべりしたりする活
動です♪

毎週月曜
13:30~15:30

心澄では活動の趣旨を理解し応援していただける**賛助会員**を募集しています。
賛助会員の方には、イベント案内や会報誌などを送付させていただきます。

振込先 【十八親和銀行 桜町支店 普通 1057211 特定非営利活動法人 心澄】

詳しくは下記の番号までお問合せください

アクセス

Access

特定非営利活動法人 心澄

長崎県長崎市馬町 48-1

長崎県市町村会館馬町別館 3 階

★「ランタナ」のすぐ向かい側

TEL : 095-807-4937

FAX : 095-807-2361

E-mail : info@shinjou.org



心澄の会報誌 8月号 2024年度 No.172

News
magazine

こんにちは！暑い日が続いておりますね！
みなさんは「明日葉（あしたば）」をご存じでしょうか。
先日庭の明日葉を調理してみたら
茎から黄色い雫がでてきました！
調べてみたら「カルコン」という
明日葉だけが持つ有機化合物とのこと。
植物それぞれに効能や神秘的な力があることを教えました！
今月も野菜をたくさん摂り、暑い夏を乗り切りましょう！



Hot
Topics!

【長崎サポステ、しんじょう】新スタッフ 2 名のご紹介

今春、心澄では2名のスタッフをお迎えしました！
より彩り豊かな心澄スタッフ☆これからよろしくお願いいたします。



りささん (所属)長崎サポステ

(趣味) ゲーム・ゲーム実況を見る・音楽を聴くこと・ネイル・洋服・漫画・アニメなど
新卒で入ってわからないことばかりではありますが、日々、精進できるよう努めています！
周りに精神疾患を持つ方がいたので、気持ちに共感することは得意だと思っています(▽)/ 利用者の方とはゆっくり一緒に成長していけたらと思っています。

ひろこさん (所属)就労継続支援 B 型しんじょう

(趣味) SnowMan が出て切る TV を見ること・カフェ巡り
7月からお世話になっています！
人と話すことが大好きで、常に笑顔でうるさいなあと思われることもあります、
これからもみなさんの好きなことを一緒に楽しみ活動していけると嬉しいです！！



今年も暑い夏！！

B型

7月に入るや否や、いきなり暑くなりましたね(*_*;
寒さよりも暑さの方が好きなスタッフ M ですが、ここのところの夏の暑さには
参っています(@_@)

梅雨もぼちぼち明けて、本格的な夏になってきたのでウエルカムボードの夏向
け版を皆に作って頂きました(^o^)

色々夏に関わるものを張り付けて、可愛らしいボードが出来上がっていますの
で、機会があればしじょうまで見に来ていただければと思います(*´艸`)



暑い日が毎日続いています、何と B 型のエアコンが壊れました！！実は先か
ら冷えないなあと思っていたのですが、この暑さになって明らかに冷えていない
ことに気が付きました☹

3台エアコンがあるうち、2台が故障、残る一台も冷えた空気の出が悪く、熱中
症者が出かねないということで、急ぎで大家さんに修理を依頼し、何とか修理に
来ていただきましたが、エアコンの型が古くて替えの部品が無いとのことで1台
は修理不能。残り2台を応急修理をすることでどうなることかと心配しまし
たが、何とか部屋を冷やせるレベルになりました(^_^;

今年の夏も去年以上に暑くなりそうですね(´・ω・`)
皆さんも熱中症にはくれぐれも気を付けて過ごしてください(^_^)

保育園児対象の公演が決まりました☆

人形劇

人形劇団員しじょうの次回の公演先
が無事に決まりました!お告げの聖母
保育園さんにて公演を行うべく、
現在、役割分担をして練習をスタート
しました(*´ω`*)みんなで力をあわ
せて頑張りたいと思います☺



グループワークについて

サポステ

こんにちはサポステスタッフです!(^^)!ようやく長崎も梅雨が明け、夏本番間近で
す。市内ではくunchの稽古が活発になり、笛や太鼓の音が響きわたり、思わずキ
ョロキョロと見渡してしまう今日この頃です(^^)/8月もさまざまなグループワーク
をご用意しております。注目は去年も実施した平和学習のグループワークで
す!平和についてみんなで考えてみましょう!ご予約お待ちしております!

8月のラインナップ

- ☆タイピング練習をしよう
- ☆自己PRの書き方
- ☆本とコーヒー
- ☆平和学習のぐさんぽ →
- ☆コミュトレ
- ☆サポステはなしば
- ☆サポステワールドカフェ
- ☆軽作業体験
- ☆月いちミーティング
- ☆アイスを作ろう!(条件あり)

日時	2024年8月15日(木) 13:30-15:00
場所	1階グループワーク室→立山防空隊
持ち物	水筒、塩タブレット、日焼け止めなど