

※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を行っています。

今月は
6/26 (日)
13:00~15:00

●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13日です

●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 : 095-807-4937/090-2086-5784

FAX : 095-807-2361

E-mail : shinjou@shinjou.cho88.com



心澄の会報誌 6月号 2022年度 No.146

News
magazine

町の緑も色濃くなり、
梅雨や初夏を感じる日々ですね。

今月ご紹介するのは「梅干し」！
「一日一粒で医者いらず」と昔から言われていたそうですが、改めて調べてみると、
豊富な有機酸（クエン酸、リンゴ酸、ピルビン酸など）、
ポリフェノール（梅リグナン）、さらにタンパク質・ビタミンE・カリウム・リン・鉄分・カルシウムなども豊富！
私も今日は梅干しごはんをいただきます！

HP <http://www.shinjou.cho88.com/>



おえんメンバーで水族館&焼肉へ！

Hot
Topics!

5月といえばゴールデンウィーク！
シェアホームおえんでは
メンバーのみなさんと一緒に
お出かけをしました。



@ペンギン水族館

館名にある通り、たくさんのペンギンとの
出会いを楽しみました、が！
印象的だったのはメコンオオナマズ！
最重量の淡水魚としてギネスブックに登録
されているこのお魚。不気味な!?大きさと
独特の存在感でした。

@焼肉店

その後は夕食へ！
90分制の食べ放題！牛一頭食べたか!?
という勢いで、お肉を楽しみました。
いつもとは異なる場所での食事で、
普段はしない話題のお話等ができ、
にぎやかな一日となりました。



居場所で色々やっています！

B型

最近はずいぶんと暖かく（というかむしろ暑く）なってきましたね
そんな中、皆さまいかがお過ごしでしょうか？ 季節とともに段々と動きが柔らかくなってきたB型スタッフのMです(^_^)

居場所の時間では、毎週2種類のプログラムを行っています。その中の今月の居場所で楽しかったプログラムを2つほど紹介させていただきます♡（Mの主観です。載っていないプログラムが面白くなかったわけではありません(^_^;)）

M押しだったのが、“クイズ大会と紙飛行機大会”です。

クイズ大会は、雑学クイズ、ウィキペディア検索クイズ、そしてメンバーがどんな食べ物が好きかを当てるクイズの3種類をやったのですが、メンバーがどんな食べ物が好きかを当てるクイズがメッチャ盛り上がりました！

実際どんな風に行ったのかというと、好きなものを決めてもらったメンバーに回答するメンバーが質問をして、ハイ、イエエで答えてもらって、いったい何が好きなのかを当てていくというもので、上手く質問できないとハイ、イエエの回答だけで何かを当てることがとても難しかったです(@_@)

沢山正解した人には、記念の賞状が手渡されました👏パチパチ



紙飛行機大会は、A4の紙を折ってどれくらい飛ばせるかを競ったのですが、日頃見ないはばたく飛行機、や垂直尾翼が2つついた飛行機など、珍しいものも登場して、楽しい上に新しいものも知れてとても楽しく過ごせました♪

人形劇：スタッフインタビュー第二弾！！

人形劇

人形劇スタッフのGです(*´ω`*)人形劇は現在スタッフ2人体制で運営しております🌟みんなでワイワイと作業を進めています🌟月初めの土曜日にメンバーさんと一緒に、現在の人形劇の準備のすすみ具合を確認しつつ、新しい方が安心して参加できるように、みんなで準備を進めているところです🌟ぜひ、お気軽に遊びに来てくださいね🌟



NPO
法人
心澄

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(^_^)/梅雨が近づきジメジメしてくる時期ですが、新スタッフ企画「会社・シゴトのみつげ方」に参加してこの時期を乗り切りましょう！シゴトの合う合わないの定義って何(・・?)って少しでも興味をお持ちの方は是非ご参加ください!(^^)!他多数グループワークをご用意しておりますので、予約やご質問等ございましたらスタッフへお声掛けください！

6月のラインナップ

- ☆卓球大会
- ☆会社・しごとの性格のみつげ方
- ☆パソコン講座(基礎編)※定員5名
- ☆パソコン講座(実践編)※定員5名
- ☆コミュニケーショントレーニング
- ☆人生すごろく「金の糸」※定員4名
- ☆軽作業ボランティア
- ☆ジブラルタ生命へ行ってみよう！
- ☆月いちミーティング！