

※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
24(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
11/8(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 11月号 2024年度 No.175

News
magazine

こんにちは! すっかり秋となりましたね。
今号は旬を迎えたさつまいもの特徴を調べてみました!

【ねっとり系】安納芋

近年人気上昇中! 水分を多く含んだ粘り気のある口当たりと、強い甘みが特徴です

【しっとり系】シルクスイート

スイーツのような口溶け。ふかし芋に最適。

【ほくほく系】紅あずま

関東では流通量が一番! 加熱すると甘みUP!

旬の野菜は栄養価も高いのでぜひ摂っていききたいですね。



Hot
Topics!

【B型】研修旅行に行ってきました!

10月に入り、朝晩が大分涼しくなってきましたね(^_^) よやく夜中にエアコンをかけなくても眠れるようになり、少し嬉しいスタッフMです(*^_^*)

今月は、先月にアナウンスしていたように研修旅行に行ってきました!

県外組は沖縄へ2泊3日の旅、県内組は1日目“釣りや着付け”、2日目“美味しいものを食べた後に皆で買い物に行く”を行いました。

旅行期間は天気に恵まれ、県外、県内ともみんな楽しく旅行ができました(^_^)



県内組の着付け



沖縄~



県外組集合!

来年は何処に行くのか? 今から楽しみです(*´艸`)

移動カフェ、橘秋祭りに出店！！

B型

会報誌トップの記事に引き続き、移動カフェ店長もやっているスタッフ M からの報告です(*^_^*)

コロナ禍でイベント出店があまりできなかった去年に比べ、イベントで声をかけていただくことが増えてきた移動カフェですが、橘秋祭りの関係者から声をかけていただき 10 月 20 日に出店してきました。

もともと前日の 19 日に開催予定だったのですが、雨天順延で 20 日に変更となり、見事に晴天！気持ちの良い日の出店となりました(^^)



晴天～♡



販売準備完了！“



少し緊張ぎみ



ちびっ子も参加！

途中、心澄関係者のお子さんも販売に協力していただいて盛り上がりました！お客さんも沢山訪れ、売り上げも上々～(*^_^*) とても楽しい出店となりました(´▽`)n

保育園児対象の公演が決まりました☆

人形劇

いよいよ講演の日程が来月となり、人形劇団も練習が本格化してきました☆人形劇はみんなで力を合わせて準備をし練習をしながら目標を達成していく、ちいさな会社のようなグループワークです☆参加しているみんなもどんどんスキルアップしています☆



グループワークについて

サポステ

どうもサポステスタッフです!(^^)! 日増しに寒くなってきましたね(^^)味覚の秋を迎え、おでんの美味しい季節になりました！皆さんは好きな具材は何ですか？私は玉子です！さて 11 月も様々なグループワークを用意しております。今月は農プロが実施している野外体験のグループワークがございます！今回は外部講師をお招きして火遊び(焚火)体験を行います。ただし、ご予約については参加条件や人数制限がございますので、各担当スタッフもしくは田中へお尋ねください。

11 月のラインナップ

- ☆タイピング練習
- ☆本とコーヒー
- ☆こころをまもるセルフケア
- ☆バドミントン大会
- ☆サポステはなしば
- ☆サポステワールドカフェ
- ☆コミュニケーショントレーニング
- ☆さわやかな自己表現
- ☆野外体験を楽しもう！（参加条件有）
- ☆軽作業体験
- ☆月いちミーティング

