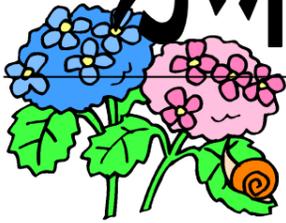


ふれんどりいメンバーズニュース



2013年5月25日発行 地域活動支援センターふれんどりい

〒121-0813 足立区竹の塚6-18-12 電話 3883-7177

もうすぐ梅雨の季節ですね。なんだか暑いし、じめじめしていて嫌な季節ですが、アジサイがきれいに咲いているのを見ると、そんなうっとうしさも許せる気がします。

ふれんどりいの周りには季節ごとの花がいろいろあって、4月は桜、5月はつつじ、6月はアジサイを堪能できます。4月は桜を見るために商店街沿いに通勤しましたが、6月はアジサイを見るために線路沿いに通勤することになりそうです。

さて7月は何が咲くでしょう？楽しみです。

地域活動支援センターふれんどりい 藤重

ZIP・WiZ メンバーより



緑したたる五月となりましたね、皆様どうお過ごしでしょうか。冬から春になりもう立夏も過ぎました。つくづく時の過ぎるのを早く感じます。私には愛犬がいます。名前は大洋といますが、私と縁があって飼いはじめてからもう11年経ちます。人間の年齢にかえると60歳です。またまた時の過ぎるのを早く感じる今日この頃です。

K. H.



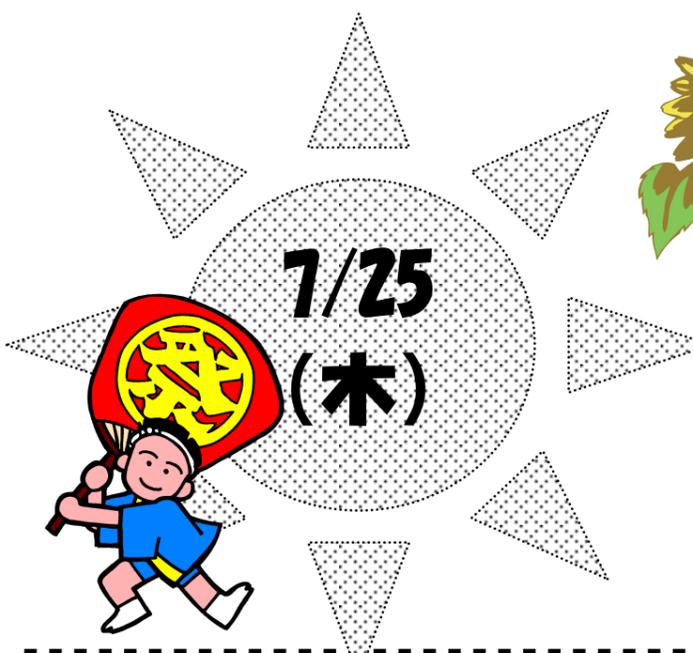
私が発送代行部門に配属されて7ヶ月になります。私は手先が不器用なので封筒等の数かぞえが苦手でした。かぞえ違えて、やり直しているうちに、周りの人達が私の二倍、三倍の仕事量をこなしているといった事が何回もありました。若い頃は仕事が出来ない恐怖心に負けて休みましたが、これからは逃げまいと決心しました。

ペンネーム：かりんとう

五月に入り、仕事も少し落ち着き、後回しになっていた整理整頓も少しずつだができるようになった。事務補助の部屋は狭い上に物が溢れている。多忙な月末が来る前に、出きる限り不要物の見極めと処分を行い、より働きやすい環境を作りたい。この号が発行される月末は、とんでもないことになっているかもしれないが...



Depeche Mode

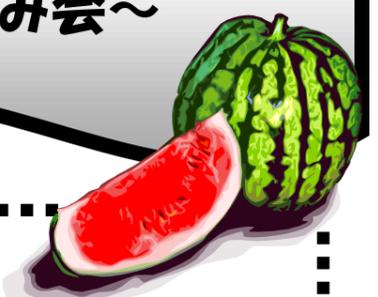


7/25
(木)



暑気払い

～持ち寄り夕食会&お楽しみ会～



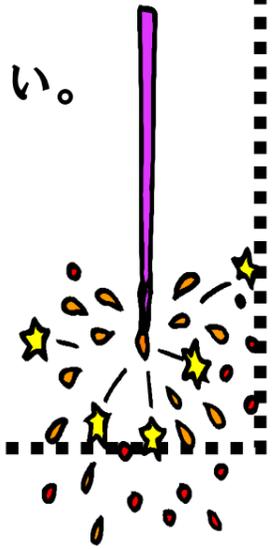
【日時】 7月25日(木) 17:30～19:30

(職員と一緒に準備をしてくださる方は、17:00に集合して下さい)

【内容】 スイカ割り、カラオケ、手持ち花火 etc...

【申込方法・期間】 窓口にて。7/1～前日まで。
参加費300円を申込時にお支払下さい。

※各自、夕食を
持参して下さい。



ふれんどりい祭り 参加団体募集!!

自主製品販売等の出店団体
や、個人作品を展示して下さい
方を募集します。ご希望の方は
ご連絡下さい。

出店希望団体の方は、下記
のふれんどりい祭り第1回実行
委員会にご出席ください。

《集合日時・場所》
6月20日(木) 14:00
多目的室1

ピアふれんどりい

ピアカウンセリングを学んだ当事者の自主グループです。「障害者だ
からこそわかりあえる、助け合える」そんな活動を目指しています。

電話相談 TEL3883-7405

6/1(土)、7/6(土) 2:00～4:00

フリートーク

6/15(土)、7/20(土) 2:00～3:00



アリスの ティールーム

女性限定プログラム♪
6/29(土) 2:00～3:00
「アイスクリーム」
7/13(土) 2:00～3:00
「サイダーゼリー」

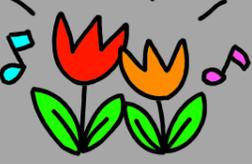
語ろう会

下記テーマについて
語り合しましょう!
6/2(日) 2:00～3:00
「薬について」
7/7(日) 2:00～3:00
「調子が悪くなった時の対処法」



地域活動支援センターふれんどりい 2013年6月の予定



日	月	火	水	木	金	土
<p>プログラムに関するお問い合わせ・ご予約は・・・ 地域活動支援センターふれんどりい TEL: 3883-7177</p> <p>電話番号は、 3883-7405</p> <p>予定表の の日は、利用開始時間が12:30からになります。</p>						<p>1 ピアふれんどりいの 電話相談 2:00~4:00</p> 
<p>2 ふれんどりい パートナー 1:00~2:00</p> <p>語ろう会 「薬について」 2:00~3:00</p>	<p>3</p>	<p>4 ふれんどりい パートナー 1:00~3:00</p> <p>ラジオ体操 14:50~</p>	<p>5</p> 	<p>6 パステルサロン 1:00~3:00 (ユースルーム)</p> <p>ラジオ体操 14:50~</p>	<p>7</p>	<p>8 パソコン講座 ~ワード初級編~ (要予約先着4名) 2:00~3:00 ★ 予約受付開始 6/1(土)12:30~</p>
<p>9 かんたん!! 料理の会 (要予約) 「オム焼きそば」 12:30~ 材料費 300円程度</p> <p>太極拳 2:30~3:30</p>	<p>10</p>	<p>11 ふれんどりい パートナー 1:00~3:00</p> <p>ラジオ体操 14:50~</p>	<p>12 パソコン講座 ~電源の入れ方からわ かるパソコン入門~ (要予約先着2名) 2:30~4:00 ★ 予約受付開始 6/5(水) 12:30~</p> <p>シャワー室清掃強化週間</p>	<p>13 ラジオ体操 14:50~</p>	<p>14 パソコン講座 ~エクセル・ワード初 級編~ (要予約先着4名) 4:00~5:00 ★ 予約受付開始 6/7(金)12:30~</p>	<p>15 ピアふれんどりいのフ リートーク 2:00~3:00</p> 
<p>16 ふれんどりい パートナー 1:00~2:00</p> <p>将棋や囲碁を しませんか 1:30~3:30</p>	<p>17</p>	<p>18 ふれんどりい パートナー 1:00~3:00</p> <p>ラジオ体操 14:50~</p>	<p>19</p>	<p>20 ラジオ体操 14:50~</p>	<p>21 パソコン講座 ~写真で遊ぼう♪~ (要予約先着2名) 4:00~5:00 ★ 予約受付開始 6/14(金)12:30~</p>	<p>22 ヨガ (要予約) 2:00~3:30</p>
<p>23 音楽を楽しみま しょう♪ 13:30~14:30</p> 	<p>24</p>	<p>25 ふれんどりい パートナー 1:00~3:00</p> <p>ラジオ体操 14:50~</p>	<p>26 活動支援部門 清掃日 2:00~3:00 ★日常清掃が入って いないシャワー室・洗濯 室を職員と一緒に清掃 して下さる方! お待ちしております</p>	<p>27 ラジオ体操 14:50~</p>	<p>28</p>	<p>29 アリスの ティールーム 「アイスクリーム」 2:00~3:00 (要予約)</p>
<p>30</p>						

○ふれんどりいパートナー

ボランティア講座を受講後、活動しています。フリースペースで楽しくお話しします。将棋や囲碁のお好きな方は対戦しましょう。お気軽に参加してください。お待ちしております。

- ・6/2(日)、4(火)、11(火)、16(日)、18(火)、25(火)
- ・7/2(火)、7(日)、9(火)、16(火)、21(日)、23(火)、30(火)
- 日曜日: 1:00~2:00 (囲碁・将棋は 1:30~3:30)
- 火曜日: 1:00~3:00

文字はめクイズの答え

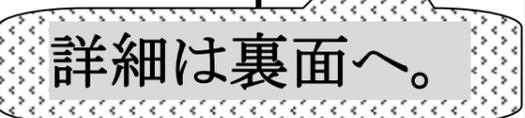
- ① 抜
- ② 露





地域活動支援センターふれんどりい 2013年7月の予定



日	月	火	水	木	金	土
	1	2 ふれんどりい パートナー 1:00~3:00 ラジオ体操 14:50~	3	4 パステルサロン 1:00~3:00 (ユーザーズルーム) ラジオ体操 14:50~	5 電話番号は、 3883- 7405	6 ピアふれんどりいの 電話相談 2:00~4:00
7 ふれんどりい パートナー 1:00~2:00 語ろう会 「調子が悪くなった時の 対処方法」 2:00~3:00	8	9 ふれんどりい パートナー 1:00~3:00 ラジオ体操 14:50~	10 	11 ラジオ体操 14:50~	12 パソコン講座 ~エクセル・ワード 初級編~ (要予約先着4名) 4:00~5:00 ★ 予約受付開始 7/5(金) 12:30~ 	13 パソコン講座 ~ワード初級編~ (要予約先着4名) 2:00~3:00 ★ 予約受付開始 7/6(土)12:30~ アリスの ティールーム 「サイダーゼリー」 2:00~3:00 (要予約)
14 かんたん!! 料理の会 (要予約) 「冷やし中華」 12:30~ 材料費 300円程度 太極拳 2:30~3:30	15	16 ふれんどりい パートナー 1:00~3:00 ラジオ体操 14:50~	17 パソコン講座 ~電源の入れ方からわ かるパソコン入門~ (要予約先着2名) 2:30~4:00 ★ 予約受付開始 7/10(水) 12:30~	18 ラジオ体操 14:50~	19	20 ピアふれんどりいの フリートーク 2:00~3:00 ヨガ (要予約) 2:00~3:30
← シャワー室清掃強化週間 →						
21 ふれんどりい パートナー 1:00~2:00 将棋や囲碁を しませんか 1:30~3:30	22	23 ふれんどりい パートナー 1:00~3:00 ラジオ体操 14:50~	24 	25 ラジオ体操 14:50~ 	26 パソコン講座 ~写真で遊ぼう♪~ (要予約先着2名) 4:00~5:00 ★ 予約受付開始 5/17(金)12:30~	27 音楽を楽しみま しょう♪ 13:30~14:30 
28 休館日 (全館清掃日) 	29	30 ふれんどりい パートナー 1:00~3:00 ラジオ体操 14:50~	31 活動支援部門 清掃日 2:00~3:00 ★ 日常清掃が入って いないシャワー室・洗濯 室を職員と一緒に清掃 して下さる方! お待 ちしています	<p style="text-align: center;">予約について</p> <p>簡単料理、ヨガ、アリスのティールームの予 約は、毎月1日からになります。パソコン講 座の予約は1週間前の12:30からになりま す。お電話か、直接予約表に記入してご予約 ください。</p>		

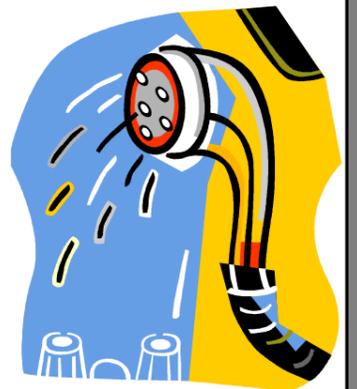
○休館日のお知らせ○

7月28日(日)

上記の日程は休館となりま
す。電話相談もお休みとな
りますので、よろしくお願
いします。

~センターのシャワー室清掃について~

- ◎シャワー室清掃強化週間
シャワーをご利用になる方全員にお願いします。
①6月9日(日)~6月15日(土)
②7月14日(日)~7月20日(土)
- ◎活動支援部門清掃日
(シャワー室・洗濯室の清掃) 2:00~3:00
①6月26日(水) ②7月31日(水)
皆様のご協力をお願いいたします。
詳しくは、活動支援部門にお尋ねください。



投稿コーナー



2013年6月・7月合併号

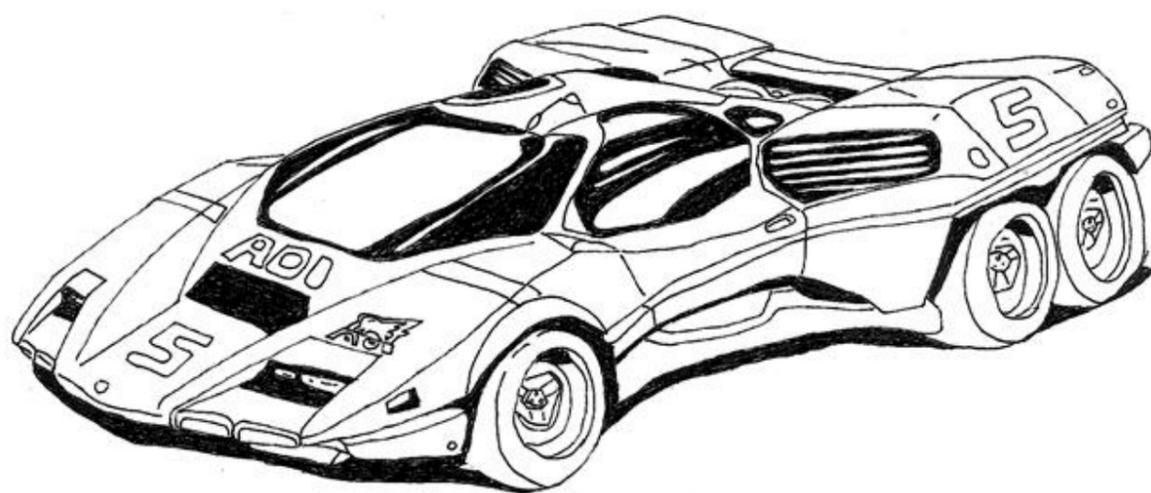


赤いチューリップが 咲いた
あなたにも見せたくて
写メを何枚もとった
きれいに咲いてるねって
あなたは返信してきた
私の心の中にもチューリップが
咲き乱れた 嬉しかった



桜子

(上下絵： 後藤 アキ)



メンバーズニュースでは皆さんからの作品を募集しています。イラスト・詩なんでもOKです。なお、多くの方にご利用いただくため、お一人2点までとさせていただきます。投稿の際は、ペンネームとホームページに載せても大丈夫かどうかを職員にお伝え下さい。

職員さんが充分にお休みをとって頂けることが
結果として私達心を病む人を長く見てもらえること
なるんだなあ 職員さんに感謝 H・ONO

以前、掲載された事項に
誤りがあったので・・・

レクチル座 Reticulum : 4153

炉座 Fornax : 842

六分儀座 Sextans : 5125

三角座 Triangulum : 14253

和 24373(西南)

トクチル座 Toticulum

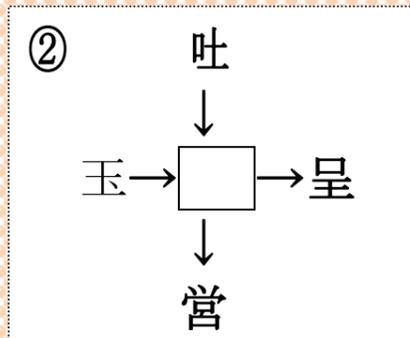
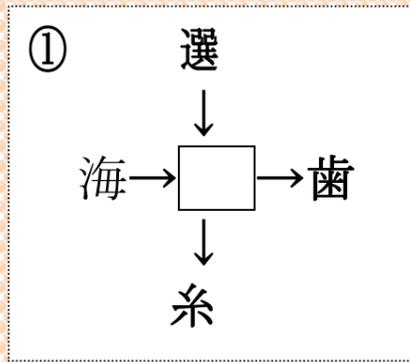
「ま、五座同盟の意。いい
台詞を過去で言わせたい。」

お早よう、五座、今す。

(正直は害虫にして、明日なきはヤク)



文字はめクイズ



上下・左右の意味が通るように気をつけながら、
□(空欄)に入る漢字を考えてね☆



注意!



受動喫煙防止法のもと足立区では、

平成24年4月から公的機関で全面禁煙を実施しております。

ふれんどりいも全館禁煙となっております。

皆様には大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解のほどよろしく御願ひ致します。

* 公共の喫煙所は竹ノ塚駅前東口ロータリーにあります

* ふれんどりいに隣接する公園は禁煙です

(1)

月明かり 照るぞ照るらむ 暗闇の

非日常の老父の心 (ココロ)

H・ONO

