

2017年8月・9月合併号

ふれんどりいメンバーズニュース

2017年 7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6-18-4 電話 3883-7177

祭りに集まれ! 新ふれんどりい

ふれんどりい祭2017

平成29年 8月26日(土)

11時15分~14時30分

出店内容

- ・夏野菜カレー・パン・アイスコーヒー・ペットボトル飲料・焼きそば・フランクフルト
- ・かき氷・エリトア(ベビーカステラ)・フラウニー・クッキー・プリン・ミニクレープ
- ・自主製品(ビーズアクセサリ・アクリルモップ・缶バッジ・マグネットなど)
- ・冊子・書籍・古書・輪投げ(景品付き)・ミニバスケットボール・ミニバザーなど

催し物

♪スタンプラリー♪

スタンプを集めると景品がもらえます!

♪サエラと歌おう♪

生演奏に合わせていろんな歌を歌いましょう

東北・熊本応援販売

被災地でがんばる障がい者施設の
手作り製品を販売します!

参加団体

- ♪ほっとする会
- ♪足立心の友 こむにた
- ♪諏訪木作業所
- ♪メロディ竹の塚
- ♪協立作業所
- ♪アトリエほっと・しかはま
- ♪ボンサンス・千寿
- ♪ZIP・WiZ
- ♪カフェふれんどりい

ご協力お願いします!

スタンプラリーの景品を募集しています。
ご家庭でご使用にならない品物がありましたら
ご提供ください。

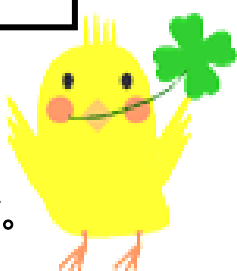
例: タオル、ハンカチ、石鹸、靴下、小物、
コーヒー、砂糖など

※品物は未使用のものに限ります。
※食品は賞味期限内であることをご確認ください。

ご協力いただける方は、お手数ですが、支援センター
事務室までお持ちください。

8月22日(火)まで受け付けています。
よろしくお願いします♪

※お買物をされる際は、
小銭のご用意をお願いします。
※駐車場はございませんのでご了承ください。





プログラム紹介

ピアふれんどりいの電話相談

8/5(土)・9/2(土) 14:00~16:00

電話番号: 3883-7405

★ピアとは「仲間」とか「同志」という意味で、同じ障害を持った当事者でピアカウンセリングの研修を受けた者が電話相談を受けています。14年目になります。皆様、どうぞご利用ください。

ピアふれんどりいのフリーストーク

8/19(土)・9/16(土) 14:00~15:00

★利用者の生活上における問題について語り合います。どうぞご参加ください。

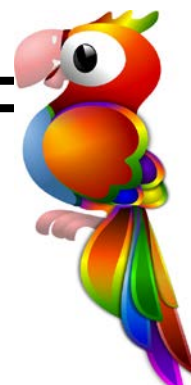


ソーシャル・スキルズ・トレーニング

ふれんどりいのSST

8/29(火) 15:00~16:30 テーマ: おしゃべりを上手に続ける練習 **第3弾**

9/19(火) 15:00~16:30 テーマ: おしゃべりの途中でその場から離れたいときにどうするか?



語ろう会

8/20(日) 14:00~15:00

テーマ: 「夏に行きたい場所」

9/9(土) 14:00~15:00

テーマ: 「薬との付き合い方」



ラジオ体操

毎週火・木曜日 13:30~

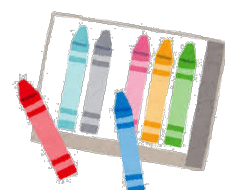
要予約!

かんたん!!料理の会

8/13(日) 12:30~ 「夏野菜カレー」

9/10(日) 12:30~ 「マーボー豆腐」

※実費がかかります(300円程度)



大人の塗り絵

8/2(水)・9/6(水)

13:30~14:30

ヨガ

8/12(土) 14:00~15:30

9/30(土) 14:00~15:30

※13:40より準備をします。ご協力お願いします!

要予約!

音楽を楽しみましょう♪

9/23(土・祝) 13:30~14:30

★音楽を勉強している学生さんと一緒に歌ったり、楽器を演奏したりして楽しく過ごしましょう!

メンバーミーティング

8/22(火) 15:00~16:00

木曜プログラム

★夏期特別プログラム 喫茶店に行こう♡

8/3(木)・9/7(木) 13:40~15:00

※実費がかかります(500円程度)。

★みんなで卓球!

8/10(木)・9/14(木) 13:40~15:00

★テーブルゲーム

8/17(木)・9/21(木) 13:40~15:00

★みんなでカラオケ♪

8/24(木)・9/28(木) 13:40~15:00

※8/31の木曜プログラムはお休みになります。

定員制
先着順
要予約!

パソコン講座



★「ワード・エクセル・その他 初級編」

8/9(水)・8/23(水) 9/13(水)・9/27(水)

①13:00~14:15 ②14:15~15:30 ※①②それぞれ定員4名

★「ワード初級編」

8/19(土)・9/16(土) 14:00~15:00 ※定員4名

★「電源の入れ方からわかるパソコン入門」

8/18(金) 9/8(金) 14:00~15:30 ※定員2名

※予約は1週間前の12:30から前日の12:30までになります。

地域活動支援センターふれんどいい 2017年8月の予定

日	月	火	水	木	金	土
		1 ふれんどいい パートナー 13:00～15:00 ラジオ体操 13:30～	2 大人の塗り絵 13:30～14:30	3 パステルサロン 13:00～15:00 ラジオ体操 13:30～ 喫茶店に行こう♡ 13:40～15:00	4 電話番号は、 3883 -7405	5 ピアふれんどいいの 電話相談 14:00～16:00
6 ふれんどいい パートナー 13:00～14:00	7	8 ふれんどいい パートナー 13:00～15:00 ラジオ体操 13:30～	9 パソコン講座 エクセル・ワード・ その他 初級編 ①13:00～14:15 ②14:15～15:30 (各回4名・要予約) ★予約受付期間は 下記参照	10 ラジオ体操 13:30～ みんなで卓球！ 13:40～15:00	11 (祝・山の日)	12 ヨガ (要予約) 14:00～15:30 ★予約受付期間は 下記参照
13 かんたん!! 料理の会 (要予約) 「夏野菜カレー」 12:30～ ※材料費 300 円程度 ★ 予約受付期間は 下記参照	14	15 ふれんどいい パートナー 13:00～15:00 ラジオ体操 13:30～	16	17 ラジオ体操 13:30～ テーブルゲーム 13:40～15:00	18 パソコン講座 電源の入れ方から わかる パソコン入門 (先着 2 名・要予約) 14:00～15:30 ★予約受付期間は 下記参照	19 ピアふれんどいいの フリートーク 14:00～15:00 パソコン講座 ワード初級編 (先着4名・要予約) 14:00～15:00
20 ふれんどいい パートナー 13:00～14:00 語ろう会 「夏に行きたい場所」 14:00～15:00	21	22 ふれんどいい パートナー 13:00～15:00 ラジオ体操 13:30～ メンバー ミーティング 15:00～16:00	23 パソコン講座 エクセル・ワード・ その他 初級編 ①13:00～14:15 ②14:15～15:30 (各回4名・要予約) ★ 予約受付期間は 下記参照	24 ラジオ体操 13:30～ みんなで カラオケ♪ 13:40～15:00	25 シャワー室 清掃 14:00～15:00	26 ふれんどいい 祭
27 臨時 休館日	28	29 ふれんどいい パートナー 13:00～15:00 ラジオ体操 13:30～ S S T 15:00～16:30	30	31 ラジオ体操 13:30～		

《開館時間》

平日 9：00～20：00 土日・祝日 12：30～20：00

○休館日のお知らせ○

8/27(日)・
9/24(日)

上記の日、ふれんどいいは休館とさせていただきます。

(8/27は臨時休館日)
また、電話相談もお休みとなります。
どうぞよろしくお願いいたします。

予約について

簡単！料理の会、ヨガの予約は、毎月1日から前日の 12:30 まで。
パソコン講座の予約は1週間前の 12:30 から前日の 12:30 までとなります。
お電話で予約されるか、直接予約表に記入してください。

シャワー室清掃について

シャワーを使った方は、次に入る方のために毎回利用後の清掃をお願いします。
また、月に1回、最終金曜日の 14:00 からシャワー室と洗濯室の清掃があります。
みなさん、ご協力よろしくおねがいします！

地域活動支援センターふれんどりい 2017年9月の予定

日	月	火	水	木	金	土
					1 電話番号は、 3883 -7405	2 ピアふれんどりいの 電話相談 14:00～16:00
3 ふれんどりい パートナー 13:00～14:00	4	5 ふれんどりい パートナー 13:00～15:00 ラジオ体操 13:30～	6 大人の塗り絵 13:30～14:30	7 パステルサロン 13:00～15:00 ラジオ体操 13:30～ 喫茶店に 行こう♡ 13:40～15:00	8 パソコン講座 電源の入れ方から わかるパソコン入門 (先着2名・要予約) 14:00～15:30 ★予約受付期間は 下記参照	9 語ろう会 「薬との付き合い方」 14:00～15:00
10 かんたん!! 料理の会 (要予約) 「マーボー豆腐」 12:30～ ※材料費300円程度 ★予約受付期間は 下記参照	11	12 ふれんどりい パートナー 13:00～15:00 ラジオ体操 13:30～	13 パソコン講座 エクセル・ワード・ その他 初級編 ①13:00～14:15 ②14:15～15:30 (各回4名・要予約) ★予約受付期間は 下記参照	14 ラジオ体操 13:30～ みんなで 卓球! 13:40～15:00	15	16 ピアふれんどりいの フリートーク 14:00～15:00 パソコン講座 ワード初級編 (先着4名・要予約) 14:00～15:00 ★予約受付期間は 下記参照
17 ふれんどりい パートナー 13:00～14:00	18 (祝・敬老の日)	19 ふれんどりい パートナー 13:00～15:00 ラジオ体操 13:30～ SST 15:00～16:30	20 ぜひご参加 ください!	21 ラジオ体操 13:30～ テーブル ゲーム 13:40～15:00	22	23 (祝・秋分の日) 音楽を楽しみ ましょう♪ 13:30～14:30
24 休館日	25	26 ふれんどりい パートナー 13:00～15:00 ラジオ体操 13:30～	27 パソコン講座 エクセル・ワード・ その他 初級編 ①13:00～14:15 ②14:15～15:30 (各回4名・要予約) ★予約受付期間は 下記参照	28 ラジオ体操 13:30～ みんなで カラオケ♪ 13:40～15:00	29 シャワー室 清掃 14:00～15:00	30 ヨガ(要予約) 14:00～15:30 ★予約受付期間は 下記参照



《開館時間》

平日 9:00～20:00 土日・祝日 12:30～20:00

○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しょう。
お気軽に参加してください。お待ちしております。

8/1(火)、6(日)、8(火)、15(火)、20(日)、22(火)、29(火)
9/3(日)、5(火)、12(火)、17(日)、19(火)、26(火)

日曜日：13:00～14:00 火曜日：13:00～15:00

文字はめクイズの答え

1. 火 2. 腐



投稿コーナー

2017年8・9月号



連載マンガ

ビッキー★ジャクソン 作：下里 晃吉

47



48



1

消
↓
花→ □ →宅
↓
急

2

陳
↓
防→ □ →朽
↓
乳

上下・左右の意味が通るように、□(空欄)に入る漢字を考えて下さい。
※答えは9月の予定表の下にあります。

文字はクイズ

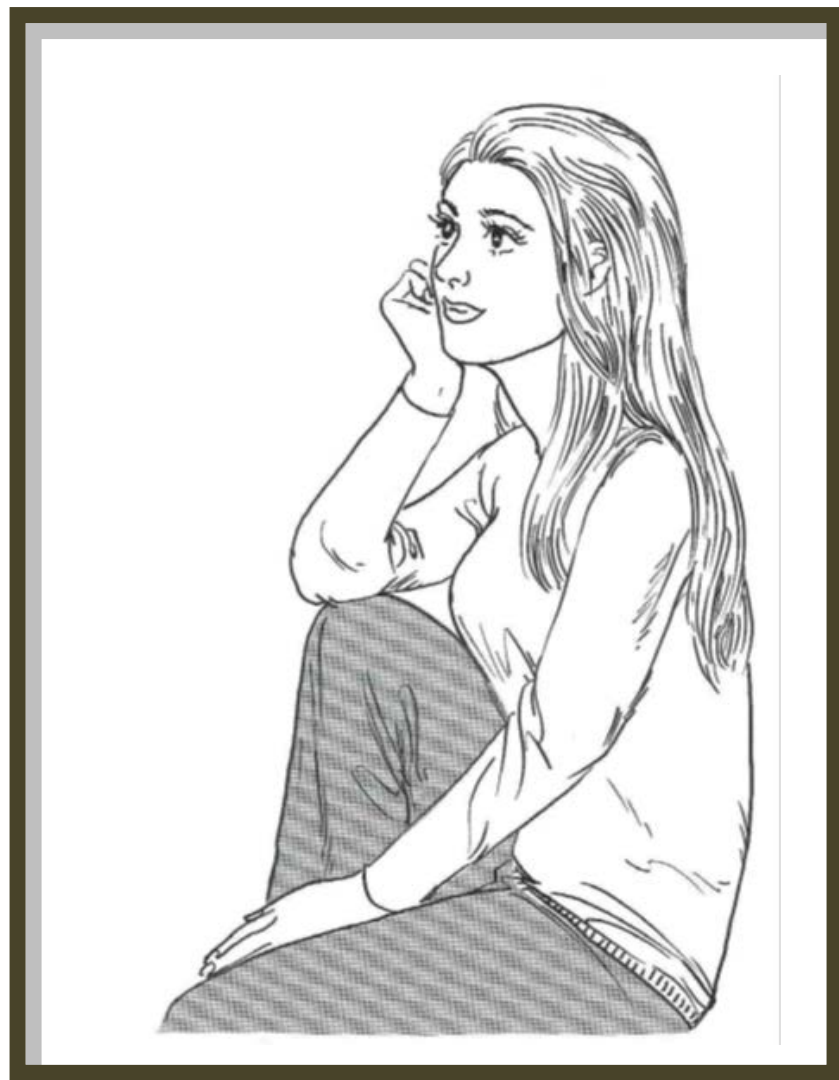
歩いてきたこの道を
一途に昇り続けてきた
太陽のようにまぶしく
輝いてゆけたら
理想と現実の板挟みの中で
新しい世界を築いてゆけたら
素敵な人生になれるでしょう
夢を描いて何年の先の未来へ
架け橋に渡ってゆこう
どんなことがあっても
くじけずに越えてゆこう
幸せの未来へと繋げてゆこう
笑顔が溢れた世界へ

時という風に吹かれて
時代も移り変わってゆく
人の波に揺られて
悩みながら日々を重ねてゆく
辛いこともあって
涙の滴あふれて
心の雨がいつか晴れると
信じている
いつの日か笑顔になれば
心も晴れやかに
透き通った青空のように
心の羽を広げて
自由な空へ飛んでゆこう
この広い世界中の中で
素敵な明日に訪れるように
優しい世界になれますように

(ペンネーム M・Y)



ふれんどりいギャラリー



↑ (ペンネーム：K. S)

あま くに
天ッ国に花が咲くなら
山の息吹のふきのとうでしょう
きみ
星空の君にハレルヤ

H・ON0 (又はヒロッピー)

投稿募集！

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。

写真・絵・イラスト・マンガ・詩・短歌・俳句・エッセイ・小説・クイズなど、何でもOKです。

投稿される方は、作品を窓口にお持ちください。お待ちしております！

締切：奇数月の15日（発行日の10日前）

※なお、なるべく多くの方の作品を載せたいので投稿はおひとり2点までとさせていただきます。

「ふれんどりいメンバーズニュース」はホームページでも読むことができます。

<http://www.ashinami.com/>

