

ふれんどりいメンバーズニュース

2019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6-18-4 電話 3883-7177

5月1日から元号が新しくなりましたね。令和元年。ビューティフルハーモニー♪。みなさん新元号にもうなじみしましたか？
昭和に青春の日々を送ったわたしは、昭和の映画やテレビ番組、昭和歌謡、昭和のファッションが大好き。まだ平成になじまないうちに平成が終わってしまった気がします。でも「平成ゴジラ」シリーズや「平成ガメラ」シリーズは面白かったなあ。いま楽しみにしているのは、「ゴジラ キング オブ モンスターズ」。令和ゴジラにもうすぐ会える！（洋画ですけどね）。
(ふれんどりい 吉田)

第22回 ふれんどりい祭 今年は9月21日(土)に開催決定！

今年のふれんどりい祭は9月21日(土)に開催されます！

つきましては、自主製品や飲食物の販売をする
出店団体や、展示する作品を募集します。参加を
希望される団体は、受付期間内にお申し込みのうえ、
下記のふれんどりい祭実行委員会にご出席ください。



参加申し込み 受付締め切り：6月7日(金)

※申し込み用紙は受付でお渡しします。

第1回 ふれんどりい祭 実行委員会

日時：6月13日(木) 14:00～ 多目的室

ご挨拶

4月1日よりふれんどりいにセンター長として配属となりました。
これまではボンサンス・千寿で作業を中心に、皆さんと一緒に活動をしてきました。地域活動支援センターでの仕事は、初めてでわからない事ばかりですが、一生懸命に頑張りたいと思います。皆様どうぞよろしく
お願いいたします！！

支援センターふれんどりい センター長 森澤 美穂

ふれんどりいの 暑気払い

日時：7月18日(木)
11:00～14:00(予定)

暑気払いの内容は、6月11日(火)の
メンバーミーティングで決めて、その後、
フリースペースに掲示します。

今年はお昼の開催となるので、去年まで
とはまた違った暑気払いの内容を考えて
いきましょう！

参加申し込みは、7月1日(月)より窓口
で受け付けます。電話での問い合わせ、
申し込みも可能です。

暑気払いに参加を希望される方は、ぜひ
メンバーミーティングにご参加くださ
い！



「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/>

プログラム紹介

メンバーミーティング

6/11(火) 14:00~15:00

ふれんどりいでは2ヶ月に1回、プログラムの内容や利用のルールなど、いろいろなことを話し合っています。

今回は、7月18日(木)に行わ

れる暑気払いの内容について

みんなで話し合います！

ぜひご参加ください♪

※今回は14:00からです。



ソーシャル・スキルズ・トレーニング

ふれんどりいのSST

6/25(火) 15:00~16:30

テーマ：おしゃべりを上手に続ける練習 **第8弾**
どんなことにも興味を持って話す

知らない分野の話をされても「興味がない」と言ってしまわずに会話を続けるコツがあります。自分の世界を広げるつもりで試してみましょ。

7/23(火) 15:00~16:30

テーマ：うれしい気持ちを伝える

感謝を伝えるとき「ありがとう」の一言だけより、相手に心からの気持ちを伝えることができたなら？人間関係がうまくいく一歩になります。実際に試してみましょ。

語ろう会

6/23(日) 14:00~15:00

テーマ：「部屋の片づけしてますか？」

7/27(土) 14:00~15:00

テーマ：「好きな本・音楽・映画 Part2」

ラジオ体操

毎週火・木曜日 13:30~

ヨガ

要予約！

7/13(土) 14:00~15:30

※13:40より準備をします。ご協力お願いします！

予約期間：毎月1日から前日の12:30まで

※6月のヨガはお休みです。

かんたん！！料理の会

要予約！

6/9(日) 12:30~「タンドリーチキン」

7/14(日) 12:30~「冷やし中華」

※実費がかかります(300円程度)



予約期間：毎月1日から前日の12:30まで

アトリエふれんどりい

6/10(月)・7/8(月)

13:30~14:30

※実費がかかります(50円程度)



定員制
先着順
要予約！

パソコン講座



★「電源の入れ方からわかるパソコン入門」

6/21(金) 7/19(金) 14:00~15:00 ※定員2名

★「ワード・エクセル・その他 初級編」

6/12(水)・6/26(水) 7/10(水)・7/24(水)

①13:00~14:15 ②14:15~15:30

※①②それぞれ定員3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。

木曜プログラム

★みんなでウォーキング

6/6(木)・7/4(木) 10:30~12:00

★ストレッチ&ゲーム

6/13(木) 10:30~12:00

★みんなで卓球！

6/20(木)・7/11(木) 13:40~15:00

★みんなでカラオケ♪

6/27(木)・7/25(木) 13:40~15:00



料理・ヨガ・パソコン講座は予約が必要です。電話または窓口でお申し込みください。

地域活動支援センターふれんどりい 2019年6月の予定

日	月	火	水	木	金	土
					<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> 電話番号は、 3883 -7405 </div>	1 ピアふれんどりいの 電話相談 14:00～16:00
2 ふれんどりい パートナー 13:00～14:00	3	4 ふれんどりい パートナー 13:00～15:00 ラジオ体操 13:30～13:40	5	6 みんなで ウォーキング 10:30～12:00 パステルサロン 13:00～15:00 ラジオ体操 13:30～13:40	7	8 ※今月のヨガは お休みです。
9 かんたん!! 料理の会 (要予約) 「タンドリーチキン」 12:30～ ※材料費 300 円程度 ★ 予約受付期間は 下記参照	10 アトリエ ふれんどりい 13:30～14:30	11 ふれんどりい パートナー 13:00～15:00 ラジオ体操 13:30～13:40 メンバー ミーティング 14:00～15:00	12 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 3 名・要予約) ★ 予約受付期間は 下記参照	13 ストレッチ & ゲーム 10:30～12:00 ラジオ体操 13:30～13:40	14	15 ピアふれんどりいの フリートーク 14:00～15:00
16 ふれんどりい パートナー 13:00～14:00	17	18 ふれんどりい パートナー 13:00～15:00 ラジオ体操 13:30～13:40	19	20 ラジオ体操 13:30～13:40 みんなで 卓球! 13:40～15:00	21 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) 14:00～15:00 ★ 予約受付期間は 下記参照	22
23 語ろう会 「部屋の片づけ していますか？」 14:00～15:00	24	25 ふれんどりい パートナー 13:00～15:00 ラジオ体操 13:30～13:40 SST 15:00～16:30	26 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 3 名・要予約) ★予約受付期間は 下記参照	27 ラジオ体操 13:30～13:40 みんなで カラオケ♪ 13:40～15:00	28 シャワー室 清掃 14:00～15:00	29
30						

《開館時間》
 平日 9:00～20:00 土日・祝日 12:30～20:00



文字はめクイズの答え
 1. 土 2. 謝

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。
 ふれんどりいの窓口で予約してください。電話でも受け付けます。

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 2019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 13:00~15:00 ラジオ体操 13:30~13:40	3	4 みんなで ウォーキング 10:30~12:00 ラジオ体操 13:30~13:40 パステルサロン 13:00~15:00	5 電話番号は、 3883 -7405	6 ピアふれんどりいの 電話相談 14:00~16:00
7 ふれんどりい パートナー 13:00~14:00	8 アトリエ ふれんどりい 13:30~14:30	9 ふれんどりい パートナー 13:00~15:00 ラジオ体操 13:30~13:40	10 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3名・要予約) ★ 予約受付期間は 下記参照	11 ラジオ体操 13:30~13:40 みんなで 卓球! 13:40~15:00	12	13 ヨガ (要予約) 14:00~15:30
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 ★ 予約受付期間は 下記参照	15 (祝・海の日)	16 ふれんどりい パートナー 13:00~15:00 ラジオ体操 13:30~13:40	17	18 ふれんどりいの 暑気払い 11:00~14:00 	19 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) 14:00~15:00 ★ 予約受付期間は 下記参照	20 ピアふれんどりいの フリートーク 14:00~15:00
21 ふれんどりい パートナー 13:00~14:00	22	23 ふれんどりい パートナー 13:00~15:00 ラジオ体操 13:30~13:40 SST 15:00~16:30	24 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3名・要予約) ★ 予約受付期間は 下記参照	25 ラジオ体操 13:30~13:40 みんなで カラオケ♪ 13:40~15:00	26 シャワー室 清掃 14:00~15:00	27 語ろう会 「好きな本・音楽・ 映画 Part2」 14:00~15:00
28 休館日	29	30 ふれんどりい パートナー 13:00~15:00 ラジオ体操 13:30~13:40	31			



《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○

7/28(日)

上記の日、ふれんどりいは
休館とさせていただきます。
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。

○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。

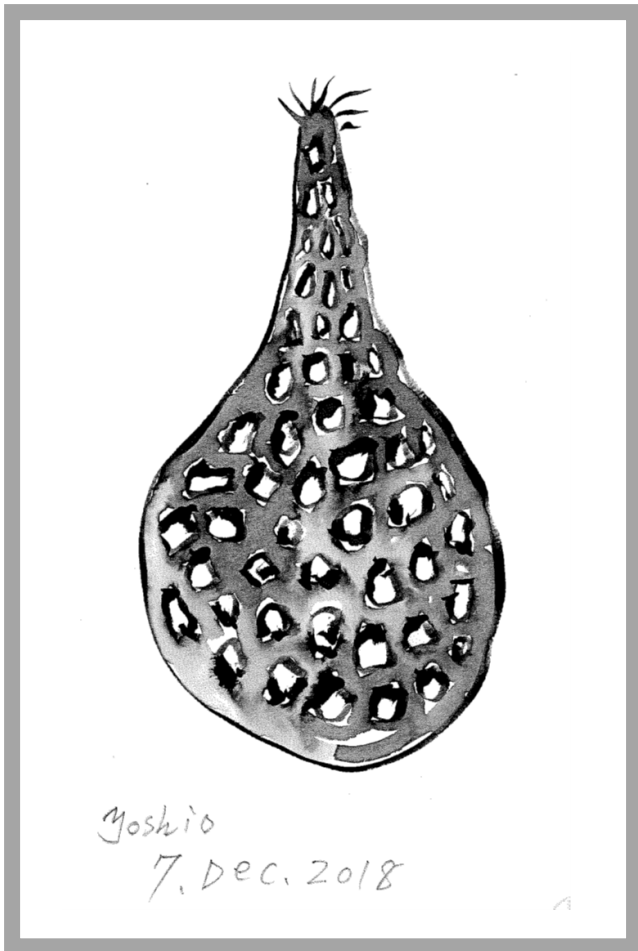
**6/2(日)、4(日)、11(火)、16(日)、18(火)、25(火)
7/2(火)、7(日)、9(火)、16(火)、21(日)、23(火)、30(火)**

日曜日：13:00~14:00 火曜日：13:00~15:00



投稿欄

2019年6月・7月号



↑奥村欣央

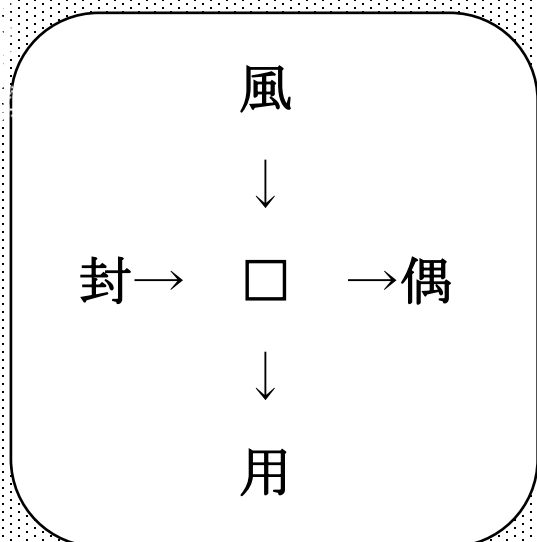


↑「江戸っ娘」下里晃吉

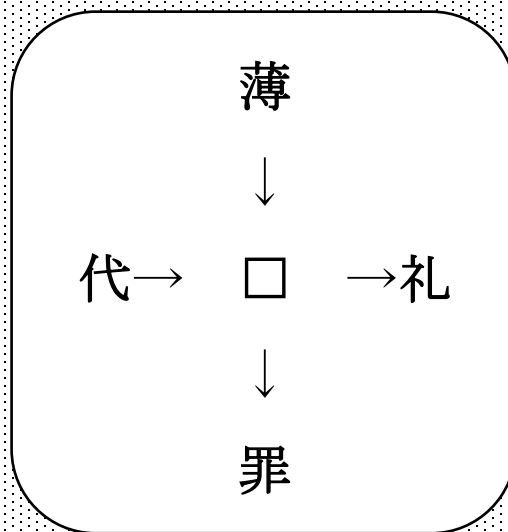


←「ロボットうさぎ・4」JUNKO

1



2



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6月の予定表の下にあります。

文字はめクイズ

池中玄太 80 キロ パート 2!

ペンネーム : K・N

俳優の西田敏行さんのアドリブ芸は、のちの映画「釣りバカ日誌」シリーズなどに至る彼の独特の才能であり、あの演出家・三谷幸喜さんをもってして「アドリブ禁止令」が出るほどその俳優としての存在は絶大である。

そんな西田さんの出世作「池中玄太 80 キロ」。寝てもさめても、亡き妻・鶴子のことを片時も忘れられない池中玄太。そして、血のつながらない3人の娘たち（絵理・未来・弥子）との奮闘記がこのシリーズには描かれる。

そんな「池中玄太 80 キロ パート 2!」主題歌「もしもピアノが弾けたなら」が有名だが、パート2はカンボジア取材から帰ってきた玄太、しかし…の物語。「アーッ!俺の家が…(ない)」。玄太の家がカンボジア取材中焼け出されてしまう。焼けそうな家の中に飛び込む暁子(坂口良子)。玄太の鶴子の写真と鶴子の位牌を持ち出し、足に大けがをしてしまう。

そして玄太は鶴子の一周忌を済ますと、3人の娘を連れて、北海道・釧路に向かう。娘たちに鶴を見せることが出来た玄太は、そのあと胸のポケットから絵理の目の前で鶴子の位牌を取り出すのである。タンチョウヅルを見せるとの鶴子との約束がやっと果たせたのである。池中玄太の印象深きシーンだったと思う。

顔をクシャクシャにして編集長の楠さん(長門裕之)との丁々発止のケンカのアドリブ芸も、「池中玄太 80 キロ」の楽しみのひとつであったことは言うまでもない。



↑ペンネーム : K.S

↓「やっぱりアイツ」ペンネーム : Y.m



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)

※投稿はおひとり2点までとさせていただきます。