

お見事

62号
2025年
6月・7月



地域活動支援センター

まちプラ..

町田市在住の精神科・神経科等に通院する方をサポートします

くわしくはQRコードからホームページへ→

 042-722-0713



4月・5月のまちプラ

まち散歩 4/4 (金) 15:00～16:00

今年は芹が谷公園の桜を見てきました。🌸

会館沿いの桜並木が見事でした。

雨は大丈夫だと思っていましたが、会館を出発したとたんに雨がポツポツ・・・最早、雨はまちプラ名物なのかもしれませんね(^^;)

左の写真はまちプラの事務所から見た桜です。



ゲーム 4/18 (金) 14:30～15:30

今回のゲームはまちプラ版ジャストワンをしました。

初心者の方でも楽しめる分かりやすい言葉ゲームです。

以前、まちプラ版インサイダーゲームで作成したお題を活用しお試してやってみました。(見切り発車もまちプラらしい(^^;))

お薬相談会 4/24 (木) 15:00～16:00

「痛風」について教えていただきました。

なかなか馴染みのない病気ですよ。

風が吹いただけで痛い☹️足の親指、手首の関節など・・・

痛風になりやすい人は①遺伝的素因②肥満③お酒の飲み過ぎ④プリン体・果糖の摂りすぎなどがあげられます。

まずは生活習慣の改善が必要となるそうです。

テーマトーク 4/25 (金) 14:30～15:30

アイズブレイクは「好きな汁物」→味噌汁好きな方が多かったです。

テーマは「今回のGWにやること、決まっていること」「GWに行きたいところ(夢)」の2点。

まちプラの無い土日と変わらない。衣替えや片付け。予定が決まっていないことが決まっている。などなど。

夢の話では大阪万博や人のいない自然の中でポーっとしたい、北海道など国内旅行の意見が多い中、西部劇のような荒野を歩きたいという変わり種の意見もありました。

皆さんはどのようなGWを過ごしましたか？

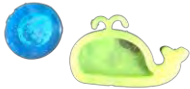
記録はフリースペースにあるのでご興味のある方は読んでみてくださいね～

はんどめいど 4/28 (月) 15:00~16:00

久しぶりのレジンでキーホルダーを作成しました。利用者さんを講師に迎え教えてもらいました。

夏がテーマでクジラや貝殻などの型を使用し作成しました。

始めてレジンでキーホルダー作成に挑戦された男性利用者さんの作品もセンスの光る素敵なのが出来上がりました。



←男性職員が初めて作りました。



運動 5/16 (金) 15:00~16:00

今季、最後のウォーキングサッカーのはずでしたが・・・暑さと人数的なこともあり、利用者さんとの相談の上、室内での風船バレーとなりました。以外と大盛り上がりしてましたよ。サッカーは10月くらいですかね～それまでは室内で出来る運動を考えていきます。

これがやってみたい！などありましたら

職員まで意見をください。お待ちしております。



6月・7月のまちプラ

まち散歩 6/11 (水)、7/7 (月) 14:30~15:30

6/11 (水) は **ことばらんど** へ出かけてみようと思います。

「ことばのカタチ展」を見学しよう！

見学終了後は併設されている喫茶店で休むもよし、まちプラに戻るもよし。

帰りは現地解散となります。

7/7 (月) は **母智丘神社** へ久しぶりに出かけてみようと思います。

まちプラからも近いのでお散歩にはちょうど良い距離です。

その日は七夕なので、何か願いごとをしてみるのも良いかもしれませんね(^_^)♪
ちなみに『母智丘神社』はなんて読むか知っていますか？

気になる方は職員へお問い合わせください。

