

押し花絵教室 「フラワートートバッグ」

今回は、フラワートートバッグを作りました。コスモス、クリスマスローズ、蝶の形にしたパンジー、クローバーなど色とりどりの草花から、好きなものを選び、トートバッグに並べていきました。英語のロゴやハートのシールなども入れ、ワクワクしながら作っていきました。世界に一つだけの、フラワートートバッグは大切に使いたいと思います。



お話を聞こう会



瑞光寺の高橋潤一さんより、修行中のお話を聞かせてもらいました。曹洞宗大本山總持寺(そうとうしゅうだいほんざんそうじじ)というお寺で3年間修業したそうです。修行と聞くと、滝に打たれるのかなというイメージがありましたが、実際は、只管打座(しかんたざ)と言いますが、ただひたすら座禅をするというものだったそうです。修行中のハプニング?も面白く、お話ししてくれました。

お話し後に、私たちも、座禅を体験させてもらいましたが、”無”になることは難しいなあと思いました。次回は、11月の予定です。ありがたいお話を聞かせてもらえるそうなので、みなさまの参加、お待ちしております。

障害者自立支援センター「和」

2020年10月 予定表

日	月	火	水	木	金	土
				1 am フリータイム	2 am 体を動かそう (卓球・ウォーキング)	3
4	5 am 音楽鑑賞	6 am フリータイム	7 am 和のアトリエ 冬のマスクング テープアート	8 am 体を動かそう (卓球・ウォーキング)	9 am 個別ミーティング	10
11	12 am リフレッシュの日 麻雀・将棋・トランプ など	13 am 音楽鑑賞	14 am ミーティング プログラムに ついて語ろう	15 押し花絵教室 『クリスマスツリー』 13:30～15:00 ★活動費: ¥300	16 am 体を動かそう (卓球・ウォーキング)	17
18	19 am 就労プログラム 「働く」をテーマに 語ろう	20 am 音楽鑑賞	21 am 体を動かそう (卓球・ウォーキング)	22 am フリータイム	23 am 和のアトリエ アイロンビーズ	24
25	26 am 体を動かそう (卓球・ウォーキング)	27 am 音楽鑑賞	28 am フリータイム	29 am みんなで学ぼう WRAP (元気回復 行動プラン)	30 am てまりたいむ ハロウィン お菓子パーティー ★活動費: ¥50 定員 10名	31

タイムテーブル

- 9:00 ～ 開所
- 9:40 ～ ラジオ体操、
朝のミーティング
- 10:00 ～ 11:30 午前プログラム
- 11:50 ～ 13:30 お昼休憩
- 13:30 ～ 13:40 ストレッチ
- 13:40 ～ 14:40 午後プログラム
- 14:50 ～ 帰りのミーティング

10月のイチオシプログラム

押し花教室「クリスマスツリー」

10月15日(木) 13:30～15:00

活動費: 300円

参加希望の方は職員までお声かけください。

今年度最後の開催となります。皆様の参加をお待ちしております。

★マークは地域の方、当事者の方などどなたでも参加できますが、事前にご連絡ください。

※各教室、行事等の予定は変更する場合があります。

問い合わせ先

障害者自立支援センター「和」 TEL 0184-24-0753