

# 菜の花レター

地域活動支援センター 菜の花

〒567-0801 茨木市総持寺1-2-20

TEL 072 (621) 0018

2019年11月 No188

朝晩すっかり冷えますね。  
風邪をひかないよう、お気をつけください。



今月のレターは濱井です。  
今月は行事が盛りだくさんで  
楽しみです！

## 季節のいただきます会

11/5 (水) 10:00~

今月のメニュー：豚肉の竜田揚げ、キャベツ  
とミニトマトのカレー酢、鶏手羽先の吸物

参加費：300円

申込み〆切：11/1(金)の12:00まで  
(お電話での申し込みも可能です。)

## たこ焼きパーティー 11/25 (月) 10:00~

毎年恒例、たこ焼きパーティー開催♪

皆で楽しく作って食べましょう！参加費：300円



## デイケア祭りに行きましょう！ 11/22 (金)

茨木病院のデイケア祭りが、今年も開催されます！  
おしるこカフェ、作品展示、ステージなどが  
予定されています。

菜の花から一緒に行きましょう！



## トークカフェ 11/13 (水) 14:00~

今回のテーマは『お金があったら何が欲しいか』、  
『幸せを感じる瞬間』です。お金があったら何が欲しいだ  
ろう…靴下カイロ…いやいや菜の花を床暖房に…  
いろいろと夢がふくらみますね☆



## 卓球大会に向けた練習 11/26 (水) 14:00~

12/7 (土) に行われる三島卓球大会に向けて、練習を  
行ないたいと思います。大会に参加される方  
だけでなく、普段のプログラムの一つとして、  
みなさんご参加ください。



## てくてく会 11/14 (木) 10:00 JR 総持寺駅集合

今回は赤の千本鳥居でおなじみの  
『伏見稻荷神社』に行きます！  
みなさんで秋の京都を楽しみましょう♪  
詳細は別紙をご覧ください。



## 「当事者活動レポート」

茨木保健所から、家族教室で「お薬について当事者の思い」  
をお話してほしいとのオファーをいただき、10/18  
(金)に、1さんと和布浦が本橋&菜の花の紹介をしてき  
ました。当日は2人とも緊張しつつ、事前リハーサルを  
していたこともあり、練習通りに発表を終えることが出来  
ました。

摂津のあしすとの発表にも新たな  
刺激を受け、「もっと場数を踏ま  
ないとね」という話をしながら  
帰途につきました。

トークカフェも含め、語る活動を  
コツコツと積み重ねていけたら・・・と思っています。



## クリスマス会 実行委員をまだ募集しています♪

今年もクリスマス会の実行委員会が立ち上がって  
います。一緒に盛り上げてくださる方を募集して  
います！楽しいクリスマス会にしましょう♪  
第3回目の実行委員会は、  
11/16 (土) 14:00~行います。



## 定例プログラムのご案内

☆ ウォーキング ☆	11/1 (金)	13:30~	参加費 無料
☆ ゲームの会 ☆	11/7 (木)	14:00~	参加費 無料 今回は <b>ジェンガ</b> をします
☆ アート&ピースの会 ☆	11/8 (金)	13:30~	参加費 リング50円、ストラップ150円等
☆ お茶の会 ☆	11/12 (水)	13:30~	参加費 200円
☆ お昼食べよう会 ☆	11/16 (土)	11:45~	参加費 無料 (お弁当注文される方はお弁当代)
お弁当を注文される方は、10:30までに 菜の花に来て下さい。			
☆ わかばクッキング ☆	11/18 (月)	10:00~	参加費 300円
メニュー：皿うどん たまごとコーンのスープ、杏豆腐			
☆ 園芸 ☆	11/19 (水)	13:30~	参加費 無料 今回は <b>花の苗植え</b> をします
☆ のんびり卓球デー☆	11/26 (水)	14:00~	参加費 無料 今回は <b>大会の練習</b> も兼ねています
☆ のびのび会 ☆	11/28 (木)	14:00~	参加費 無料





2019年11月

**菜の花 月間予定表**

TEL 072-621-0018

月	火	水	木	金	土	日
				1 ウォーキング 13:30~	2 利用者 ミーティング 13:30~	3 文化の日 休館日
4 振替休日 休館日	5 季節の いただきます会 1000~	6	7 ゲームの会 14:00~	8 アート &ピース 13:30~	9 休館日	10 休館日
11	12 お茶の会 13:30~	13 トークカフェ 14:00~	14 てくてく会 (別紙参照)	15	16 お昼 食べよう会 11:45~ クリスマス 実行委員会 14:15~	17 休館日
18 わかば クッキング 1000~	19 園芸 13:30~	20	21	22 デイケア 祭り	23 勤労感謝の日 休館日	24 休館日
25 たこやき パーティー 1000~	26 卓球 14:00~	27	28 のびのび会 14:00~	29 ぐるうぷ すばる バスツアー	30 休館日	

申込み切：11/8(金)  
菜の花スタッフまで!

**\*お知らせ\***

開所時間 月~金・第1・3土 9:00~17:00

休館日は、第2・4・5土・日・祝日・年末年始

スタッフミーティングを11月15日(金)、21日(木) 午前中に行います。

菜の花は開所していますので、ご利用ください。相談は午後からお願いします。

電話相談も、午後をお願いします。

**しょうがも福祉フェスタ 11/11(月) ローズWAMにて**

午前：映画上映『道草』午後：講演、トークセッション

市内の福祉事業所の自主製品の販売など、色々なコーナーがあるので興味のある方はご参加ください。

詳細は菜の花にチラシ掲示しています。

