

お知らせ

★登録更新手続きについて★

1ページ目にもある通り、平成29年度の登録更新を順次行います。ハーモニー内で のお知らせや郵送されるご案内をよくご確認ください。

★手指消毒のお願い★

都内で**感染性胃腸炎(/ロウイルス等)やインフルエンザが流行**しています。 こまめに手洗い・消毒をしてみんなで感染を防ぎましょう。



2017年1月号

支援センターハーモニーは、困ったときに相談できる場としておしゃべりしたり、のんびりお茶を飲んだりできる、 「やすらぎの場」として日々の暮らしが豊かに広がっていけるように利用者の方々と一緒に考えながら活動しています。

地域活動支援センター♪ハーモニー

⊕188-0011 西東京市田無町4-17-14 西東京市障害者総合支援センターフレンドリー2F TEL 042-452-2773 FAX 042-452-2774 (URL)http://www.yamada-hosp.or.jp/harmony

~施設長より~ 新年の挨拶

明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願い致します。

昨年の今頃は何をしていたのだろうか?サービス等利用計画の作成に追われていたような気がします。 この、『昨年の今頃は何をしていたのか?』というのは、工事の始まった空き地を見て『ここには何が あったのだろう?』と思うことに似ていると思います。

日常はものすごいスピードで過ぎていき、そして馴染んでいきます。

空き地には、新しい建物が建ち、なんの違和感もなくなっていきます。

今年、ハーモニーでは、どんな新しい事が起きて、日常になっていくのか?楽しみですね! そして、次の年の今頃『昨年は楽しかった!』と言えるような年にしたいですね。



施設長

平岡 牧人



~お知らせ~ 新年会について

2017年初のレクは、『新年会』です!みんなで栗ぜんざいを食べて、絵馬に新年の抱負を書きま しょう(*^^*)

たくさんの方のご参加をお待ちしています。

日時:平成29年1月14日(土)13:00~15:30 場所:ハーモニーオープンスペース

参加:事前申し込み制+当日参加可

費用:無料





~お知らせ~ 登録更新の時期が来ました

平成29年度(平成29年4月~平成30年3月)の登録更新を始めます。 混雑回避のため、登録者の皆さんには、50音順にお知らせをご送付いたします。 以下の通り発送いたしますので、届いた方から面談の予約を行ってください。 ご協力よろしくお願いします。

> ア~カ行→1月 サ~ナ行→2月 ハ~ワ行→3月

持ち物: 印鑑

通院証明となるもの

(精神障害者保健福祉手帳,

自立支援医療など)

プログラム報告

12月のみんなでランチは、5名から13名までの 参加があり、大変賑わっていました♪ みんなで楽しくおしゃべりをしながら美味しく食 べられるのっていいですね (^^) おにぎりやパ ン、手作りのお弁当などの様々なランチを持って 来られる方の他にも、寒くなってからはグラタン やラーメンなど、暖かい物をお持ちになる方も多 かったように思います☆ 1月のランチ会もお楽しみに☆



火曜日 16:30~

12月の夕食会のメニューは焼肉、ハンバーグ&ナ ポリタン、チキンライス、おでんでした! 定番のものから体の温まるメニューまで、 いつもバリエーション豊かです♪

2017年もより多くの方に 参加してもらいたいです! よろしくお願いします!



第二金曜日 15:30~ 第四月曜日 10:30~

今月もベルやベルターという道具を使った運動を 行ったあと、マットを敷いてストレッチを行いま した。体を動かした後に、横になってストレッチ をすると節々が伸びてとても気持ちがいいですね。 時間は1時間ですが、

休憩をはさみながら行うので、 体力に自信のない方や 少しの時間だけという方も 是非是非ご参加ください。



※開催日はお知らせをご覧ください。



12月の農業体験は4名が参加してくれました! 天気は良かったのですが、風が非常に冷たかったです。 今回は、伸びたつるをハサミでチョキチョキ切る作業で

した。手先を動かすだけでも 不思議と体が温まりました♪ 冬季の農業体験も 残り少なくなりました。 ご興味のある方は お気軽にご参加ください。



第3土曜日 14:00~

12月のお茶会には 47名が参加してくれました~! しゃべり場のテーマは、かねてより 話題にあがっている「ハーモニーに 置いてほしいゲームについて」 でした。すでに一つあるオセロや 懐かしの黒ひげ危機一髪などが 人気でした(^^)/ 皆さんからの意見を今後の参考に させていただきます!



ハーモニーニュースでは 利用者の方からの 投稿を募集しております。 掲載をご希望の方は ハーモニーまでご連絡下さい。

笑をし想のこいもいといっ っくのれる て上って顔を いげたもが思 るる

君 ·浜野さんの作品~

2017年お正月を迎えましたが、2016年 12 月に それに先駆けまして田無神社を見学しました。 今年の田無神社への参拝はどのぐらいの人が 行ったのでしょう。それでは中のご案内を…。

田無神社の創立は正応年間(13世紀)です。 谷戸の宮山に鎮座し、尉殿大権現と呼ばれていま した。ご祭神は龍神様です。

時代は下り、徳川家康が江戸幕府を開くにあたり、 城、町建造のために大量の石灰(壁の材料)を 必要としました。家康はそれを青梅の地に求め、 青梅街道を開きました。その際に肥沃な谷戸に 住んでいた人々は、こぞって1㎞ほど南の青梅 街道沿いに移住して、宿場町・田無を造営しま した。

この様な歴史の中で、人々は宮山に鎮座する 尉殿大権現を、まず元和八年(1622年)に 上保谷に分祀し、正保三年(1646年)に宮山 から田無(現在の地)に分祀し、寛文十年(1670年) には本宮を田無に遷座しました。明治五年 (1872年) に田無神社と社名しました。

初詣では

毎年、三が日に、にぎわう参道は大晦日~正月にかけては 2時間待ちになります。

屋台もたくさん出て、にぎわいがあり、縁結びのおみくじ は女性に人気があります。

神社は、凛としていて気持ちがシャキッとなります。 2017 年も三が日の間に田無神社にお参りします。

ふと仏教の勉強をしようかと思いました。 人生何事も修行かと思います。

编集摄記

「新年の抱負は?」

|行動半径が広がるように。 シュークリーム2コ



作業所を一日も休まずに通う。 竜王

1月号特集 田垂神社の見学















