地域活動支援センター　てく・とこ・瀬戸

2018年2月 月間予定表

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3 フリマ 茶屋 だべろう会
定休日					定休日	
4	5	6	7	8	9	10 フリマ 茶屋
定休日		15:30～16:30 きぼう		10:00～12:00 スポーツクラブ	定休日	
11	12	13	14	15	16	17 フリマ 茶屋 ボーリングに行こう☆
定休日	雲の上に行こう♪				定休日	
18	19	20	21	22	23	24 フリマ 茶屋
定休日		15:30～16:30 きぼう		10:00～12:00 スポーツクラブ	定休日	
25	26	27	28			
定休日						

だべろう会♪

　このプログラムは、利用者の方に行いたい事や叶えたい事を教えてもらい、一緒に楽しいプログラムを作っていくという内容となっています。皆さんに意見をバンバン出してもらい、おやつを食べながらリラックスした状態で楽しい企画を立てていきましょう♪

日時：3日（土）14:00～
参加費：無料

雲の上に行こう♪

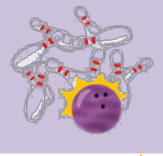
　雲の上の町、ゆすはらに行ってみませんか？
　大自然の緑の風景を見ながら食事を楽しみ、龍馬さんが歩いたとされる“脱藩の道”を散策しましょう！帰りは須崎の道の駅で一息つきたいと思います。
　ただし、天候によっては、だべろう会で第2候補として挙がっていた室戸ジオパークに行き先を変更します。

日時：１２日（月）9:00～16:00
参加費：飲食代（1500円程度）

ボーリングに行こう☆

ラウンドワンでみんなでわいわい楽しみながら一汗流しましょう！

日時：１７日（土）１４:00出発
参加費：1500円程度



◆地域活動支援センター開所時間帯◆

月～木、土･･･AM8:00～PM6:00

※プログラム以外でもAM8:00～PM6:00までの間は『おるとこ』として支援センターをご利用いただいても結構です。メンバーさん同士で楽しいひとときをお過ごし下さい。また当支援センターではタ食サービスを行っております。
その他、日常生活において悩み事や困りごとがある方はいつでもご相談ください。詳細やご不明な点についてはいつでも問い合わせ下さい。

お問い合わせ

連絡先：〒781-0252
高知市瀬戸東町3丁目109番
地域活動支援センターてく･とこ･瀬戸
TEL：088-842-8130　FAX：088-841-2298
E-mail：chiikikatudou@tekutoko.or.jp

担当：岡崎、高木

地域活動支援センターてく・とこ・瀬戸　12月活動報告・お知らせ

ミーティング♪

13日（土）、職員と利用者のミーティングを行いました(´▽`*)このプログラムは、利用者のやりたい事や叶えたい事を聞いてプログラムに反映する！！という目的で企画しました。

当日はたくさんの方が参加をしてくれ、今回のミーティングの名前も、「だべろう会」というネーミングに決定(*^▽^*)意見も、「皆で交流出来る様な事したいね」「皆で旅行行ったりするのもいいね♪その為にはお金ためんといかんね」「忘年会無かったき、皆で新年会したい！！」とたくさんの意見を出して頂きました☆

今後も、毎月1度「だべろう会」で皆でプログラムを決めて行きたいと思っていますので、是非ご参加下さい♪

クリスマス会(*´▽`*)

23日（土）、自立訓練と地活の合同クリスマス会を行いました＼(^o^)／

今年もたくさんの景品を準備♪昨年同様、各グループに分かれてチーム対抗戦のゲームを行いました。一つ目は「絵描きゲーム」。今回は、ミッキーマウスと坂本龍馬先生のお題を出して描いてもらいました！！昨年と少しやり方を変えて、今回はチームで書いてもらう方を一人に絞り、他の方にはアドバイス役にまわってもらいました。ミッキーマウスは想像するのもあまり難しくなかった様でしたが、龍馬先生はどのチームも苦戦(笑)しかし、dのチームもしっかり袴姿で刀を持った武士を描いてくれていました(´▽`*)

ゲーム終了後はお楽しみの食事の時間🍴手羽先・チキン南蛮・ちらし寿司・フルーツポンチと豪華料理がたくさん！皆さん満足され、皆で楽しむ事が出来ました☆

てく&とこ ACOUSTIC LIVE

16日（土）、ドラムサークルの講師　さんと、てくとこの、いやいや高知を代表するギタリスト都築Stのユニットによる演奏会が行われました。

馴染みの曲もアコースティックアレンジによってまた違った雰囲気 になっていました。生の音が、流れるように優しかったり、時には力強かったりし、こういった音の変化に自然と心が惹かれるものですね。

一緒に口ずさんだり、演奏に聞き入ったりと、皆さんそれぞれに楽しまれた様子でした。

スタッフの一言つぶやき♪

明けましておめでとうございます(´▽`*)今年の正月も毎年と変わらず、食べて飲んで寝て。食べて飲んで寝て・・の繰り返し(笑)体重増加で恐ろしい事になっている為、気持ちを改めてまたダイエット頑張ろうと思います(-_-;)皆さん、いいダイエット方法を知っていたら教えて下さい♪

岡崎

ある占いによると、今年の私の運勢は活動的に過ごすと良いことがありそう☆
楽しいことをたくさん見つけて、頑張っていきま～す！
今年もどうぞよろしくお願いします。

高木