



がつ かつどう ほうこく
4月のプログラム活動の報告

ふゆ あいだ ちぢ きんにく
冬の間に縮こまった筋肉をストレッチし
ました。心地よい音楽と相まって心も体
のの
も伸び伸びしたことでしょ。う。
ぜんしん つか
全身を使ったグー・チョコキ・パーじゃんけんをしたそうですが、どのようにするの
で
しょうか？是非おしえてください！！

がつ にち すい にち きん そうじ
4月3日(水)・19日(金) お掃除カフェ



あじ そぼく つく
ケチャップ味の素朴なナポリタンを作り
ました。写真の通りかなりのボリューム
がありました。なかなか良い味付けで、
レタスタっぶりの優しい味のスープと共
に完食いたしました。カルピス味のかん
てんもさっぱりしていて良いデザートに
なりました。いつもいつも美味しく作っ
てくださってありがとうございます。

がつ にち すい ひ
4月24日(水) デザートの日



がつ にち と たいそう ひ
4月6日(土) 体操の日



そうじ かいてん げつ
お掃除カフェが開店して2カ月が
経ちました。手際よく掃除を済ま
せ、カフェのオープンです。今回
は、利用しているサービスや
体験談など、より身近な話題となり
ました。

がつ にち と ちょうり ひ
4月20日(土) 調理の日



きゅうせいしゅ
たあふくの救世主であるホットケーキミ
ックスを使い、生地作り、焼き、生クリーム
やカットフルーツを乗せて巻き込み、盛り
付けるといってたくさんの工程ありましたが、みなさま、楽しそうにすべての工程を
こなされて無事ロールケーキが完成。
少々カロリー多可気味なデザートになり
ましたが、大変美味しゅうございました。



がつこう
6月号

つうしん
たあふく通信
ちいきかつどうしえん
(地域活動支援センター)

ねん がつ にちはつこう
2019年5月24日発行
だいごう
第12号



しんげんごう むか ちまた れいわ みせ れいわ しょうひん おお
新元号を迎え、巷では令和ブームですね。お店では、令和にちなんだ商品が多
く並んでいます。中身は変わらないと思いつつ、思わず“令和”のあるお菓子を手
と
に取ってしまいます。

しんげんごう むか げつ おく ねんめ とつにゆう ねんかん
たあふくは、新元号を迎えた1か月遅れで、2年目に突入します。この1年間い
ろいろありましたが、皆様のおかげで楽しく過ごせました。ありがとうございます
す。これからも皆様からいろいろなご意見をいただきながら、皆様と共に育っていけ
ねが
ればと思います。よろしくお願ひします。
きしの
岸野



こうさくけい
工作系のプログラムをやってみました【ハーバリウム】



き ふいただ さいりょう つか つく ほういりょう から かざい
寄付頂いた材料を使い、ハーバリウムを作ってみました。某飲料の空ボトルに花材を
はいち せんよう そそ かんせい かんたん か いろ かたち かんが いっしょうけんめい
配置し専用オイルを注ぎ入れて完成！！と簡単そうに書きましたが、色や形を考へて一生懸命アレンジ
したにもかかわらず、オイルを注ぐ際や持ち帰る間に移動してしまうなどの出来事もありました。意図し
たアレンジにならなかった方々もいらっしやいましたが、とにかく作成途中も作成後も楽しめる2度美味
しいプログラムになりました。
こんご こうさくけい かんが きたい
今後も工作系のプログラムをいろいろ考へていきますのでご期待ください。

たちかわしやかいふくしきょうざいかい ちいきかつどうしえん
立川市社会福祉協議会 地域活動支援センターたあふく
とうきょうとたちかわしふじみちょう そうごうふくし ない
〒190-0013 東京都立川市富士見町2-36-47 (総合福祉センター内)
TEL: 042 (503) 9109 FAX: 042 (548) 1724
ホームページ: <http://www.tachikawa-shakyo.jp/chikatudou.html>
かいしよにちじ かようび じようび
メール: chikatsu@tachikawa-shakyo.jp 開所日時 火曜日～土曜日 (9:00～18:00)
しゅくさいじつ やす
※ 祝祭日はお休みです。



2019年6月 日程表



日	月	火	水	木	金	土
5/26 やすみ 休	5/27 やすみ 休	5/28	5/29	5/30	5/31	1 いも 芋ほり
2 やすみ 休	3 やすみ 休	4	5 お掃除カフェ	6	7	8 たいそう 体操の日 PC倶楽部
9 やすみ 休	10 やすみ 休	11	12	13	14	15 ちゅうり 調理の日
16 やすみ 休	17 やすみ 休	18 しゅこうげい 手工芸 プログラム	19	20	21 お掃除カフェ	22 PC倶楽部
23 / 30 やすみ 休	24 やすみ 休	25 しゅこうげい 手工芸 プログラム	26 デザートの日	27	28	29 きかく 企画ミーティング

6月1日(土) 芋ほり

3月に作付けしたじゃがいもを収穫しよう

時間 13時30分～30分程度

集合場所 ガスト栄町店前

定員 10名

※参加費：200円

※収穫した野菜は

*希望者のみ持ち帰りできます。

*6/15の調理プログラムにも使います。



6月29日(土) 企画ミーティング

自分たちで決めて自分たちで実行

時間：13時30分から15時

場所：交流スペース

定員：無し

*2年目を迎えるたあふくの方向性をみんな
で確認しあいましょう



プログラム案内



6月5日(水)・21日(金)

お掃除カフェ(仮称:美カフェ)

みんなで交流ルームをお掃除しましょう

時間 8日・10時から

17日・13時から

集合場所 交流ルーム

定員 無し

終了後ささやかなティータイムを催します。



6月8日(土) 体操の日

ストレッチで心と体を柔軟にしよう

時間 14時から

集合場所 第2活動室

定員 10名

おおいさんの参加をお待ちしています



6月15日(土) 調理の日

クリームシチューを作りましょう

時間 11時から

集合場所 ランチルーム

定員 10名

※室費負担(300円)が発生します



6月26日(水) デザートの日

パフェを作りましょう

時間 14時から

集合場所 ランチルーム

定員 10名

※室費負担(300円)が発生します



※新プログラムの紹介

6月18日(火)・25日(火) 手工芸プログラム

トートバックを作ります

時間 13時30分から14時30分まで

定員 10名

参加費(材料費) 300円

