



日	月	火	水	木	金	土
【福をつかめ！レッツ豆つかみ！】 豆つかみは2/2(金)・5(月)・6(火)・7(水)の4日間です ご希望の方はスタッフまでお声掛けください				1 閉所 これからのこかげ意見交換会(談談こかげ) 14:00~15:30 <small>(13:50から入れます)</small>	2	3 閉所
4 日曜開所 <small>(電話)</small> 11:00~12:00 13:00~16:00 <small>(オープンスペース)</small> 13:00~17:00 コスモス茶話会 14:00~16:00 <small>@オープンスペース</small> 参加費100円	5	6	7 暮らしのきずなを考える会 (+談談こかげ) 17:15~18:30 <small>@こかげ</small> 16:30で閉所	8 閉所 Re START 定例会 14:00~16:30 <small>関心のある方は、必ず事前にスタッフへお声掛けください</small>	9 ボードゲームをやってみよう 15:30~16:30 参加費無料 	10 閉所
11 閉所 	12 閉所 建国記念日の振替休日	13 ピアトーク 15:00~16:00 参加費100円 	14 閉所	15 閉所	16 いしづかタイム(仮) 新こかげをみにいこう♪ 15:00~16:00 	17 閉所
18 閉所	19 閉所	20 連合会クイズ大会 13:00~15:00 参加費 無料 <small>オープンスペースは15:00~</small> <small>電話相談は通常通り</small> 	21 閉所	22 閉所	23 閉所 天皇誕生日 	24 土曜開所 <small>(電話)</small> 11:00~12:00 <small>(オープンスペース)</small> 13:00~17:00
25 閉所	26 閉所	27 閉所	28 創作びより 15:00~16:00 材料費100円 <small>事前に参加連絡があると助かります</small>	29 閉所	3/1 閉所	3/2 閉所

社会福祉法人豊芯会 地域生活支援センターこかげ

こかげ便り 2024年 2月号

〒170-0013 豊島区東池袋4-5-1-103
 TEL 03-5958-1990 FAX 03-5958-2096
 HP <http://www.housinkai.or.jp/>
 メールアドレス kokage@housinkai.or.jp

YouTubeチャンネル→



2/7(水)は「暮らしのきずなを考える会」のため、オープンスペースやご相談は**16:30まで**となります。

2/20(火)は連合会クイズ大会のため、オープンスペースは**15:00~18:00**となります。(電話相談は通常通りです。)

また、2月は精神保健福祉士実習生がいらっしゃいます。どうぞよろしくお願いいたします。

こかげ移転に向けた意見交換会

談談こかげ

第1回 2月1日(木) 14:00-15:30
(OSはお休みです・13:50から入れます)

第2回 2月7日(水) 17:15-18:30
(暮らしのきずなを考える会内)

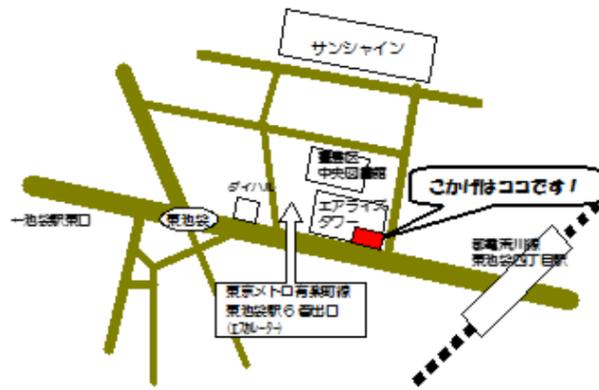
【福をつかめ！レッツ豆つかみ！】

こかげ恒例行事の豆つかみは、今年もやります♪
 2/2(金)・5(月)・6(火)・7(水)の4日間です
 初めての方も、毎年チャレンジされる方も大歓迎！
 ご希望の方はスタッフまでお声掛けください

2024年4月
 南大塚で新しいこかげが
 スタートします

こんな場所になったらいいな♪
 あんな活動をしたい！
 みんなでアイデアを持ち寄り、
 話し合いませんか？

ふるってご参加ください



●地域生活支援センターこかげ
 〒170-0013
 豊島区東池袋4-5-1エアライズタワー103
 TEL: 03-5958-1990 FAX: 03-5958-2096

- ◆東京メトロ有楽町線 東池袋駅6・7番出口より徒歩2分
- ◆JR池袋駅 東口より 徒歩15分
- ◆都電荒川線 東池袋四丁目駅より 徒歩3分



スタッフ退職のご挨拶

この度、2月末をもってこかげを退職することになりました。約2年弱と短い間でしたが、オープンスペースや電話相談を通して皆さんとお話しさせていただきありがとうございました。

色々な出会いに感謝し、この経験を活かして新しい道でも頑張っていきたいと思っております。皆様のご健康とお幸せを願っております。

最終出勤日は20日となりますので、よろしくお願いいたします。本当にありがとうございました。 大塚

2月の活動予定

2/9(金)「ボードゲームやってみよう」 15:30~16:30 参加費無料



最近はカードゲームが多いですが…人が集まればやれることも増えるかもしれません。飛び入り参加も大歓迎です



2/13(火) ピアトーク 15:00~16:00 参加費100円



暮らしのなかで考えていること、感じることなど、障害や病気があるからこそ「あ、そういうことあるよね」と思えることを語り合いませんか？

2/16(金)「いしづかたいむ(仮)」 15:00~16:00 参加費無料

いよいよ迫ってきているこかげのお引越し。今回は新こかげの場所まで歩いてみよう企画を予定しています。雨天の場合は都電でいきます。室内までは入れませんが、大塚近辺で新たな発見があるかも！



2/20(火) 連合会クイズ大会 13:00~15:00 参加費無料



豊島区精神障がい者事業所連合会の主催で今年もオンラインクイズ大会があります。昨年こかげはみごと3位でしたが、果たして今年は…！？ ふるってご参加ください！ 参加希望の方は、事前にお申込みいただけると有難いです。(※当日、こかげのオープンスペースは15:00~となります)

2/28(水) 創作びより 15:00~16:00 材料費100円

2月の「創作びより」で何を作るか、現在考え中です。季節にちなんだ創作のアイデアを募集しています。何かございましたら山澤まで！

何をつくといいかなあ…



<こかげの年末年始の様子>

年越し会 12/31(日)14:00~15:30 オープンスペースにて



予報だった雨も止み、快晴の中12月31日年越しのそば大会が開催されました。コロナでこれまで生そば開催ができなかった中、久しぶりの生そばでの年越しそば大会となりました。多くのメンバーが集まり豊志会のひだまりが作ってくれたけんちんそばに、近所の蕎麦屋「あさひや」さんからいただいた天かすを添えて味わい深い一杯をみんなで楽しみました。

色鮮やかな箸袋は事前にみんなで折って作りました。一年のまとめや新年の抱負を一人一人発表し、それぞれ2024年に向けて期待が膨らむ素敵な時間を過ごしました。



鏡餅の中から切り餅が！笑

年始 鏡開き 1/10(水)

コスモス茶話会(日曜茶話会) としまコスモスの会

2/4(日)14:00~16:00 オープンスペースにて 参加費100円



1月のこかげの様子

1/3(水)~「大吉しかないみくじ 2024」



昨年に引き続き、今年も「大吉しかないみくじ」をしました。自分がもらってうれしい大吉の言葉を考えて年末に作成し、年始にみんなで引きつつ追加作成しつつ…1月第2週くらいまで楽しみました。「大吉のことば」を考えるのは、さらさらと書かれる方もいらっしゃれば、どんな言葉を書くとうれしいだろうと、うーんと悩んだり、みなさんと話しながら書かれた方もいらっしゃいました。誰かに喜んでもらえたら…の気持ちうれしいですね。



1/12(金)「いしづかタイム(仮)」 15:00~16:00

お正月明けということもあり、かるたをやりました。ただのかるたではなく「都道府県かるた」と「日本史かるた」を用意しました。少人数でしたが盛り上がりました。今後いろんなカードで遊べるといいなと思いました！



1/22(月)「書を楽しむ会」14:00~15:00 第3弾「冬」を開催しました。



テーマは新春・冬で、精巧な龍、飛び跳ねそうな鯛、愛らしい雪うさぎの折り紙作品からインスピレーションを受けたさまざまな作品が生まれました。

初参加の方や、2作品作られる方もいらっしゃり、豊かなひとときとなりました。

暮らしのきずなを考える会

東池袋に移転してきて約10年、この場所での暮らしのきずなを考える会もおそらく100回を超えたと思います。途中、オンラインでの開催や区民センターでの開催も挟みましたが、通常の方式での開催は今回が最後となりました。2/7(水)の考える会は「談談こかげ」と称して移転先での活動について希望を持った話をできればと考えています。今回はそれに先立って「私が考える会に初めて参加して」という一言も自然と語り合えました。印象的だったのが「こかげが移転するのも、この地域の動きなんだな」というお言葉でした。数年前の区役所の移転が象徴的ですが、豊島区も様々なところで街の姿が変わってきています。時代の変化に対応しながらも、大事にしたいことを皆で語り合える場として引き続きよろしく願いいたします。

編集後記

こかげ便り2月号を編集しているこの頃は、1年で最も寒いとされる「大寒(だいかん)」です。毎年1月21日頃とされていて、寒い日が続きますがみなさんいかがお過ごしでしょうか。今年2024年の「立春(りっしゅん)」は2月4日です。太陽の動きだけから算出されたこよみなので、暑い寒いはあまり考慮されていないのですが、春の始まりとされています。花粉にはおびえています、暖かい春の日差しは恋しいスタッフなのでした。