
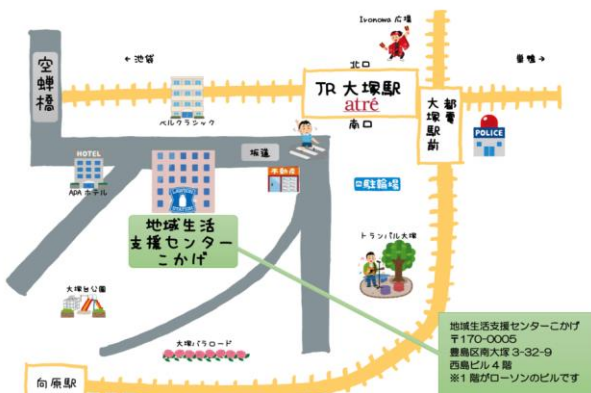


2月

日	月	火	水	木	金	土
						1 閉所
		2/4(火)、11(火)、24(月)はオープンスペース、電話相談ともにお休みとなります。来所の際は間違いないようお気をつけください。				
2 日曜開所 11時～16時 コスモス茶話会 14:00～16:00	3 箸で何個つかめるかな？ 15:00～16:00 ※詳細は中面をご確認ください	4 閉所 ピアサポーター養成研修(基礎) ※オープンスペース・電話相談はお休みとなります	5 16時で閉所	6	7	8 閉所
9 閉所	10 花粉症対策クラブ 15:00～16:00	11 閉所 建国記念の日	12 16時で閉所 暮らしのきずなを考える会 17:30～19:00	13	14	15 電話相談 11時～13時 土曜開所 13時～16時
16 閉所	17	18 ポエトリーリーディング 15:00～16:00	19 16時で閉所	20	21 談談こかげ 15:00～16:00	22 閉所
23 閉所 天皇誕生日	24 閉所 振替休日	25	26 16時で閉所	27	28 お味噌汁を飲む会 17:30～18:30 ※参加費:50円	



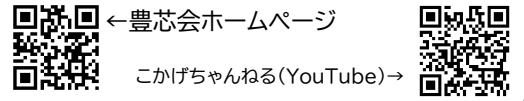
地域生活支援センターこかげ
〒170-0005豊島区南大塚3-32-9-4階
TEL 090-7273-5080 FAX 03-5958-2096

ご利用を希望される場合は、事前に電話等で説明することができますので、お気軽にお問い合わせください

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 2025年 2月号

〒170-0005豊島区南大塚3-32-9-4階
TEL 090-7273-5080 FAX 03-5958-2096



生き延びるためのプロムナードを開催します！

生き延びるためのプロムナードとは…
椎名町と大塚を会場にしたサーキット型のパーティーです。大変な世の中を生き延びるため、「生きててよかった」「もう少し生きていけるかも」と思える瞬間を創ること、そして誰もが「生きていける社会」を作っていくことを目的としています。
プロムナードとはアメリカやカナダで行われるダンスパーティーのことをいいますが、フランス語だと散歩道という意味だそうです。散歩は必要不可欠なものではありませんが、日常をちょっと豊かにしてくれるものですよね。今回のプロムも皆さんの人生における散歩のようなものでありたい、そしてパーティーが終わっても道はずっと続いていくのだという希望を込めて、『生き延びるためのプロムナード』と名付けました。略して「プロム」と呼んでください。
プロムの各会場の企画は以下です。※予約不要で、どこからでも参加可能です。

	企画	場所
14:00	～この道をどこまでも～ オープンマイク企画 弾き語りや詩の朗読など 飛び入りパフォーマンスもできます！	椎名町橋下広場 椎名町駅北口から徒歩1分 入場無料
15:00	～Life is party～ 生き延びるための映画祭 自主製作映画を楽しめます	LASC 椎名町駅北口から徒歩3分 入場無料
17:00	～Dance with me ミラーボールは回りだす！～ 心が躍るダンスパーティー バンド演奏、DJタイムあり	Welcome back 大塚駅南口から徒歩6分 新大塚駅から徒歩8分
18:00		
19:00		

3月2日(日)
14:00～20:00

「生きててよかった」と感じられる瞬間があることで、大塚や椎名町が「生きていける」街になっていくと良いなと思います。
心躍る瞬間と出会えますように。さあ宴を始めよう！！

※ワンドリンク
600円
かかります

お知らせ
3月3日(月)はプロムの振替のため閉所となります。
こかげダイヤルもお休みです。
ご迷惑おかけいたしますが、ご了承お願いいたします。

1月の様子

〈こかげの年末年始の様子〉

年越し会 12/31(火) 14:00~15:30 @オープンスペース

大塚に移転をしてから初めての大晦日を迎え、オープンスペースでは毎年恒例の年越し会を開催しました。昨年と同様、豊芯会のひだまりが調理したけんちゃんそばを美味しくいただきました。また、会の途中では参加者一人ひとりが2024年の思い出を語り合う時間がありました。



初詣に行ってみよう! 1/6(月) 14:00~ 天祖神社にて

新年最初のグループ活動は、こかげから徒歩3分ほどの場所にある天祖神社へ初詣に行ってきました!参加者の中にはおみくじを購入してオープンスペースで皆さんと中身を確認するなど和やかな場面も見られました。



こかげ福笑い 1/7(火) 14:00~15:00

お正月の伝統的な遊びとして知られる福笑い!当日は参加者とスタッフを合わせて色々な表情の顔が出来上がりました。

暮らしのきずなを考える会 報告

参加者 12名

1月の暮らしのきずなを考える会では、参加者の一人が運営するサロン活動について話題が集まりました。サロンに訪れる人は中年層が多く、幅広い年代にお越しいただくための集客方法について意見を交換しました。

続いて就労移行支援事業所のレクリエーション活動について話し合いました。祝日を活動日にする、季節に沿った企画の用意など、様々な工夫が施されています。一方で利用者の中には就労に向けてのサービスを受けたいのであって、レクリエーション(余暇活動)には一切参加しない人もいたとの意見がありました。こかげのような居場所でも、「誰かと話をしたいわけではないが、同じ空間の中で人の存在や繋がりは感じていたい」といった考えを持ち、居場所を利用する方もいらっしゃるとの意見も出ました。



次回:2月12日(水)17時30分~19時00分

こかげのお知らせ

1/29(水)談談こかげの記録は、開催が月末のためこかげ便り3月号に掲載したいと思えます。オープンスペースには記録が出来上がり次第、掲載しますので気になる方は是非こかげにお越しください。

2月の創作びよりはお休みになります。3月の創作びよりはこかげ利用者さんの企画で折り紙でかざりを作る予定です。詳細は追って、こかげ掲示板に掲載します。かんたんですのでぜひご参加ください。



2月の活動予定

2/3(月) 箸で何個つかめるかな【節分】

15:00~16:00

節分と言えば「豆まき」を思い浮かべる方が多いのではないのでしょうか?今回こかげではオープンスペースで「豆つかみ」を開催します!ルールは簡単!お箸を使い、60秒以内に豆を紙製の器に移すだけ。時間内にどれだけ豆を器にうつせるのかを競いたいと思います。



2/10(月) 花粉症 対策クラブ

15:00~16:00

こかげの利用者さんより、今年は例年よりも早く花粉のシーズンを迎える可能性が高いとの情報提供がありました。ニュースでも花粉の飛散量が過去10年で最も高いとか...そこで、こかげでは花粉症対策クラブを開催したいと思います!症状に悩まされている方、花粉症ではないけれど関心のある方、どなたでも大歓迎です!対策クラブを通して、画期的な対策方法や新しい気づきを共有できればと思います。



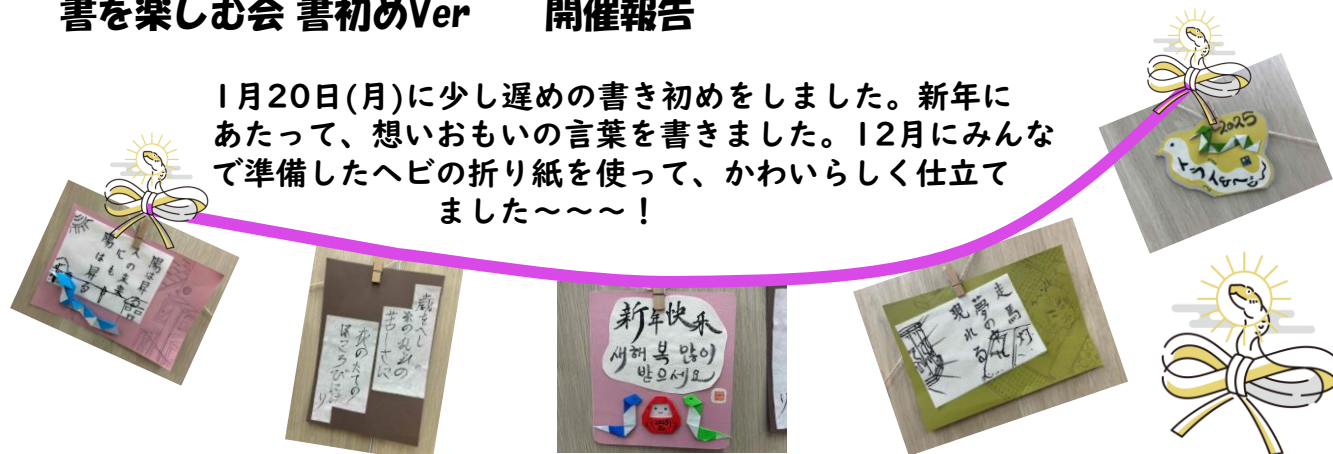
あなたとTalking シーズン1

開催日時は調整中です

今月は、専門家をお招きしてのTALKINGを調整中です。日時が確定しましたら、ホームページ及びオープンスペースでお知らせします。1月の開催時はシーズン1最多の4名の方にご参加いただき、それぞれの介護の大変さを分かち合いました。独りで抱えない、周囲のサポートを得ることの大切さをそれぞれのご経験から学びました。安心して話しただけのように工夫していますが、気軽に参加してもらいたくもあり、気になる方はスタッフまでお声掛けください。

書を楽しむ会 書初めVer 開催報告

1月20日(月)に少し遅めの書き初めをしました。新年にあたって、想いおみの言葉を書きました。12月にみんな準備したヘビの折り紙を使って、かわいらしく仕立てました~~~!



編集後記

2月号を編集している時期は「大寒」と呼ばれる一年で最も寒い時期ですが、皆さまはいかがお過ごしでしょうか?2025年になり、冬の寒さも本格的になりつつあるこの頃、10℃を下回る日々が続いております。風邪の流行や寒暖差による体調不良など気を付けながら、手洗いうがいなど身の回りで出来ることをコツコツと継続していきたいと思いました。