

そら通信

2017年

10月号

〒184-0004 東京都小金井市本町1-18-5 村松ビル小金井3階

TEL 042-381-6922

FAX 042-316-4120

〈開所時間〉

お問い合わせ・電話相談
交流室

火曜日 水・木・金・土曜日

11時～19時 10時～18時

12時～19時 12時～18時



☆10月のお知らせ☆

(1) 一日外出 について

お台場にある東京トリックアート迷宮館に出かけます。商業施設の中にあり、トリックアートだけでなく売り場やお台場の海の景色も楽しめそうです。

日 時：平成29年10月4日（水）10:00～16:30(そら10:00集合)

持ち物：参加費(当日朝2500円集めます) 障害者手帳、その他

当日の交流室は16:30よりご利用になれます。お間違えのないようお願いします。

(2) フリープログラム について

10月24(火)14:00～15:30のフリープログラムは「たこ焼き」です。たこ焼き機で手作りたこ焼きを作ります。参加費や材料など詳しいことは10月3日(火)のメンバーミーティングで話し合います。

プログラム報告 ～昼食会～

カレーライス、ハヤシライス、クリーム・シチュー中華丼、冷やし中華、鰻の混ぜご飯、ちらし寿司、魚のあんかけ、お雑煮・・・。

おいしそうな料理が頭に浮かんでいませんか？これらは、”そら”で毎月1回、土曜日に行なわれている昼食会の主なメニューです。

準備は、ボランティアさんに協力していただき、買物は前日にすませ、料理は当日の朝から始まります。

お昼になると、メンバーたちが交流室に集まってきます。参加者は、メンバーと職員を合わせて8～15人です。メンバーの「いただきます」を合図に、わいわいがやがや、なごやかな会食が始まり、好き嫌いのこと、ダイエット、健康、歯医者、映画、天気、ニュースのことなど身近な話を聞き合いながら、料理を楽しみます。「ごちそうさまでした」の後、食器洗いから食器拭きなど後片付けは全員で行ないます。

次回の昼食会は、10月14日（土）、「お魚のプレート」です。お楽しみに！