



# 3月の予定表



# こうじやだより



## 3月号



R4. 3. 1 発行

編集・発行  
〒144-0033 大田区東糀谷 1-14-14  
社会福祉法人プシケおおた  
こうじや生活支援センター  
Tel 03-5705-0738 (相談用)  
03-5705-0744 (事務用)

やわらかな春の日差しが嬉しい季節となりました。3月といえば、桃の節句の「ひなまつり」ですね。行事食として甘酒やちらし寿司、ひなあられなどを準備する家庭もあることでしょう。女の子のいる家庭では、子供の健やかな成長を願ってひな人形を飾ることも。穏やかな陽気が続く中、気の早い桜の花もちらほら見かけた方もいるのでは？うらかな春、花をめでながらのお散歩も気持ちいいですね。

## 防災訓練を行います

今回は区から出されているハザードマップで避難場所を確認した上で訓練を行います。マップの上で、ご自宅から避難場所への経路を確認してみましょう。

- 日程 3月2日(水)午後2時(1時間程度、避難先で解散)
- 集合場所 こうじや生活支援センター3階フリースペース
- 避難場所 防災公園 雨の場合は東糀谷1丁目児童公園

## 3月のメンバーミーティングのお知らせ

3月のメンバーミーティングは今年度の振り返りと、来年度のことについて皆さんと一緒に話したいと思いますので、ぜひ参加してください。

日時：令和4年3月9日(水)14:00～・30日(水)14:00～ 3階フリースペースにて  
※マスク着用の上、ソーシャルディスタンスを保ちながらの参加にご協力をお願いいたします。

## お花見ウォーキング

3月26日(土)14:00～・28日(月)14:00～・30日(水)13:00～

行先につきましては、参加される皆さんと相談して決めたいと思います。

センターの近くにはいつもたくさんの桜が咲いています。春と一緒に感じに行きましょう。

4月1日(金)は法人の辞令交付のため、休館となります。電話相談もお休みとなりますので、よろしくお願いたします。

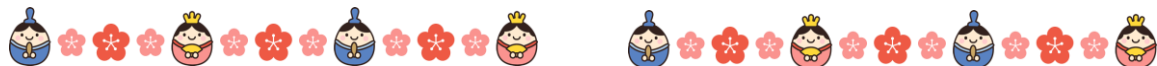
日	月 12:00~17:30	火 休館日	水 12:00~17:30	木 休館日	金 12:00~17:30	土 休館日
		1 ※電話相談のみ 13:30~ 17:30 	2 ※13時開所 防災訓練 14:00~	3 休館日	4	5 ※電話相談のみ 13:30~ 17:30 
6	7	8 ※電話相談のみ 13:30~ 17:30 	9 メンバーミーティング 14:00~	10 休館日	11	12 ※電話相談のみ 13:30~ 17:30 
13	14 手話サークル 13:00~	15 ※電話相談のみ 13:30~ 17:30 	16 休館日 (職員ミーティングのため)	17 休館日	18	19 ※電話相談のみ 13:30~ 17:30 就労ミーティング 17:30~ 
20	21 春分の日 休館日	22 ※電話相談のみ 13:30~ 17:30 	23	24 休館日	25 生活相談 (松本さん) 19:00~	26 開所日 お花見ウォーキング 14:00~
27	28 生活福祉相談 (常数さん) 14:00~ お花見ウォーキング 14:00~	29 ※電話相談のみ 13:30~ 17:30 	30 お花見ウォーキング 13:00~ 振り返り会 14:00~	31 休館日	4/1 法人辞令交付のため休館	

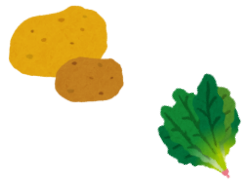
※1 電話相談については月・金 13:30~19:30、火・水・土 13:30~17:30、開所・閉所にかかわらず行っております。

※2 3月16日(水)は職員ミーティングのため、休館となります。電話相談もお休みです。

※3 30日の振り返り会では職員が演奏を行う予定です。予約は必要ありません。

※4 4月1日(金)は法人の辞令交付のため、休館となります。電話相談もお休みです。





# エンゲージングの報告



2月は感染拡大防止のため、すべてのプログラムを中止することになりました。その中でエンゲージングは外で行えるプログラムということもあり、当日来られたメンバーさんにお声がけをしてほうれん草の間引きを行いました。

ほうれん草は種から植えて、たくさんの芽が出て大きく伸び始めています。横に植えたジャガイモもたくさん実がなると良いですね。

センター入り口のシクラメンも昨年たくさんのお花を咲かせて楽しませてくれましたが、今年もまたつぼみから白と赤のお花が咲き始めています。

センターに遊びに来られた際はぜひ花壇の様子も見てください。



ほうれん草の間引きをして楽しかったです。  
家でみそ汁にして食べます。 古澤

勉強になりました。

残したほうれん草が大きくなってほしいな。  
ちやこ

## 「心の、あけぼの展」が開催されました

今年もあけぼの会主催「心の、あけぼの展」が2月15日（火）～2月20日（日）の6日間、大田文化の森にて行われました。絵画や書道、写真等、様々な作品が展示され、多くの方に訪れて頂きました。昨年に引き続きコロナ禍のため、こうじやセンターのアートプログラムは中止となっていたため合同作品の出展はありませんが、個人的に出展されたメンバーさんもいます。

家にいる時間が多い中、創作活動をして楽しんでみることも良いですね。



## 投稿コーナー



### 書 ちやこさん



息詰まる 感染増加の毎日報道  
出口見えない なげきためいき

のんびり屋  
冬の日差しに憩う鳩

運命の  
猛獣程良く飼ひ慣らす

風の旅  
漂着の岸 日の出前

川柳 南蒲田の住人さん

### 下町華言

巣ごもり生活が続く中、炭酸水が売れているそうです。飲料各社は「強炭酸水」を市場に投入しました。炭酸水が好きな者としては嬉しい限りです。ジンジャーエールといえば某ハンバーガーショップのすりおろししょうが入りがお勧めですが、家で飲む際も再現できないものかとやってみました。用意するのはチューブの「生しょうが」と「ポッカレモン100」。あとは市販のジンジャーエール。手に入らなければ「アルプスの天然水スパークリングレモン&ジンジャー」。生ショウガ適量をコップに入れ、レモン天然果汁で溶いた後、ジンジャーエールを炭酸が抜けないようにコップを斜めにした状態で注ぐ。ショウガはからだに良いと聞きます。全国消費量第1位の高知県の高齢者はショウガを食べて生涯現役なのだと利用者さんが教えてくれました。ちょっと贅沢なジンジャーエール。この機会に試してみてもいいのでは。